

Suunnitelmallisuutta, rutiineja ja odot- tamattomia tilanteita

Lapsiperheiden arjen valintojen vaikutus ruokahävikkiin

Helsingin yliopisto
Kasvatustieteellinen tiedekunta
Kasvatustieteiden osasto
Kotitaloustiede
Pro gradu -tutkielma
Toukokuu 2018
Kati Korpi-Kaija
Ohjaaja: Päivi Palojoki



Tiedekunta - Fakultet - Faculty Kasvatustieteellinen tiedekunta		Osasto - Institution – Department Kasvatustieteiden osasto	
Tekijä - Författare - Author Kati Korpi-Kaija			
Työn nimi - Arbetets titel Suunnitelmallisuutta, rutiineja ja odottamattomia tilanteita. Lapsiperheiden arjen valintojen vaikutus ruokahävikkiin.			
Title Planning, routines and unexpected situations. Everyday choices and food waste in families with children.			
Oppiaine - Läroämne - Subject Kotitaloustiede			
Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Pro gradu -tutkielma / Päivi Palojoki		Aika - Datum - Month and year Toukokuu 2018	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 65 s + 3 liites.
Tiivistelmä - Referat - Abstract <p><i>Tavoitteet.</i> Ihmiset pohtivat yhä enenevässä määrin valintojensa seurauksia ja jokaisen arkisia päätöksiä motivoivat erilaiset arvot ja asenteet. Yksittäinen ihminen pystyy helpoiten vaikuttamaan valinnoillaan ja käytöksellään ruokahävikin syntyyn kotitalouksissa. Kun ruoka päättyy hävikkiin, sen raaka-aineiden tuotannosta ja prosessoinnista aiheutuneet ympäristövaikutukset ovat syntyneet turhaan. Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että ruokahävikin syntyyn vaikuttaa erityisesti suunnitelmallisuuden puute ostoksia tehtäessä, kiireinen arki, lasten syömisestä hankala ennustettavuus ja lautasjätteen ruoan pilaantumisen ohella. Tämän tutkimuksen tarkoituksena on tarkastella lapsiperheiden vanhempien suhtautumista ruokahävikkiin osana kestävästä ruokatalouden hoitoa sekä tutkittavien arjen valintojen vaikutusta kotitaloutensa ruokahävikin syntyyn.</p> <p><i>Menetelmät.</i> Tutkimuksessa käytettiin laadullista lähestymistapaa ja aineisto kerättiin puolistrukturoidulla teemahaastattelulla. Haastateltavina oli seitsemän lapsiperheen vanhempaa. Aineiston analyysissä käytettiin laadullista sisällönanalyysia ja teemoittelua, jossa yhdisteltiin pelkistetyn aineiston ilmauksia samansisältöisiin kategorioihin, joita edelleen yhdisteltiin laajemmiksi teemoiksi. Aineistosta löytyi kuusi teemaa ja aineisto analysoitiin teoriasidonnaisesti eli abduktiivisesti.</p> <p><i>Tulokset ja johtopäätökset.</i> Lapsiperheiden vanhemmat kokivat, että heidän perheissään ei syntynyt kovinkaan paljon ruokahävikkiä ja siihen suhtauduttiin kielteisesti. Hävikin vähentämiseen ja ehkäisyyn oli kiinnitetty huomiota muun muassa suunnitelmallisuuden ja ruokien säilyvyydestä huolehtimisen kautta. Kuitenkaan hävikkiä ei pystytty täysin estämään, koska perheiden arkeen kuului kiirettä ja odottamattomia asioita, ja lasten ruokailusta aiheutui useasti hävikkiä. Kulutusvalintojen suhteen haastateltavien välillä esiintyi eroja ja kulutukseen vaikuttivat erilaiset arvovalinnat.</p>			
Avainsanat - Nyckelord Ruokahävikki, arjen valinnat, lapsiperheet, kotitalous			
Keywords Food Waste, Everyday Choices, Families with Children, Household			
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited Helsingin yliopiston kirjasto – Helda/ E-thesis			
Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information			



Tiedekunta - Fakultet - Faculty Educational Sciences		Osasto - Institution – Department Department of Education	
Tekijä - Författare - Author Kati Korpi-Kaija			
Työn nimi - Arbetets titel Suunnitelmallisuutta, rutiineja ja odottamattomia tilanteita. Lapsiperheiden arjen valintojen vaikutus ruokahävikkiin.			
Title Planning, routines and unexpected situations. Everyday choices and food waste in families with children.			
Oppiaine - Läroämne - Subject Home Economics Science			
Työn laji/ Ohjaaja - Arbetets art/Handledare - Level/Instructor Master's Thesis / Päivi Palojoki		Aika - Datum - Month and year May 2018	Sivumäärä - Sidoantal - Number of pages 65 pp. + 3 appendices
Tiivistelmä - Referat - Abstract <p><i>Objectives</i> People are considering more and more the consequences of their choices and everyone's decisions are motivated by different values and attitudes. Individuals have the easiest chance to influence on food waste in households by their own choices and behavior. When food ends up as waste, the environmental impact of its ingredients' producing, and processing have been generated for nothing. The previous research show, that the formation of food waste is mostly influenced by the lack of planning when buying groceries, busy everyday life, the difficult predictability of children's eating and plate leftovers on top of spoilage of food. The aim of this study is to examine how the parents of families with children see food waste as part of sustainable housekeeping, and how their everyday choices have impact on their household's food waste.</p> <p><i>Methods</i> Qualitative methods were used in the research and the data were gathered with semi-structured theme interviews. Seven parents of families with children were interviewed. The data were qualitatively analyzed into themes by combining reduced expressions into categories and further into larger themes. Six themes were found, and the data were analyzed abductively.</p> <p><i>Results and conclusions</i> The interviewees felt, that the amount of food waste in their households was not plentiful and their stance on food waste was negative. Reducing and preventing food waste was being paid attention to by planning and taking care of preservation of food. However, it was not possible to prevent food waste completely, because there were hustle and unexpected things in the families' everyday life and children's eating frequently resulted in food waste. In terms of consumption choices there were differences between the interviewees and different values influenced on consuming.</p>			
Avainsanat - Nyckelord Ruokahävikki, arjen valinnat, lapsiperheet, kotitalous			
Keywords Food Waste, Everyday Choices, Families with Children, Household			
Säilytyspaikka - Förvaringsställe - Where deposited The University of Helsinki Library – Helda/ E-thesis			
Muita tietoja - Övriga uppgifter - Additional information			

Sisällys

1.	JOHDANTO	1
2.	KULUTTAJUUS JA ARKIPÄIVÄN VALINNAT KOTITALOUKSISSA	3
2.1	Kulutuskäyttäytyminen	3
2.2	Erilaiset kuluttajat.....	5
3.	RUOKAHÄVIKKI KOTITALOUKSISSA.....	10
3.1	Syitä ruokahävikkiin	10
3.2	Ruokahävikin määrä ja hävikkiin päätyvä ruoka	13
3.3	Ruokahävikin vaikutukset	16
3.4	Ruokahävikin ehkäisy ja vähentäminen.....	18
4.	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	20
5.	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	21
5.1	Laadullinen tutkimusstrategia	21
5.2	Puolistrukturoitu teemahaastattelu.....	22
5.3	Tutkimuksen kohderyhmä ja haastateltavat.....	24
5.4	Aineiston analyysi	26
6.	TUTKIMUSTULOKSET JA NIIDEN TULKINTAA.....	30
6.1	Ruokahävikin vähentämiseen suhtautuminen.....	30
6.1.1	Hävikkiin suhtautuminen	30
6.1.2	Hävikin vähentäminen.....	34
6.1.3	Syitä hävikin vähentämiseen.....	38
6.2	Arjen valintojen vaikutus ruokahävikkiin	39
6.2.1	Syyt ruokahävikin syntymiseen ja syntymättömyyteen.....	39
6.2.2	Perheiden ruokahävikki.....	44
6.2.3	Ruokahävikki menneisyydessä ja tulevaisuudessa.....	46
6.3	Yhteenvedo ja johtopäätökset.....	49
7.	LUOTETTAVUUS	57
8.	POHDINTAA	61
	LÄHTEET	63
	LIITTEET	66

TAULUKOT

Taulukko 1. Haastatellut vanhemmat	25
Taulukko 2. Analyysissa löytyneet teemat ja kategoriat	28

LIITTEET

Liite 1. Facebook-julkaisu haastateltavien hankkimiseen	66
Liite 2. Haastattelurunko	67

1. Johdanto

YK:n maatalous- ja elintarvikejärjestön tutkimuksen mukaan maailmanlaajuisesti noin kolmannes ihmisille tuotetusta ruoasta päätyy hävikkiin (Gustavsson ym., 2011, s. 4). Tämä on valtava määrä. Samaan aikaan ollaan kuitenkin huolissaan ruoan riittämättömyydestä ja ruokaturva on suuri kysymys. Maapallon väkiluvun on arvioitu kasvavan yli 9 miljardiin vuoteen 2050 mennessä, jolloin ruokaturvan takaamiseksi ruoan tuotantoon käytettyjen resurssien hukkaamiseen on yhä vähemmän varaa (Charles ym., 2010, s. 812).

Ruokahävikki ja sen ehkäisy on ollut monia kiinnostava aihe jo pitkään niin teellisessä tutkimuksessa kuin julkisessa keskustelussakin. Ravintoloiden ruokahävikin vähentämiseksi on Suomessa kehitetty parikin erilaista sovellusta, joiden avulla kuluttaja voi hankkia edullisesti ravintolan ylijäämäruokaa. Lisäksi ylijäämäruoan ja poistoerien myymiseen keskittyneitä yrityksiä on perustettu.

Ruokahävikkiteeman ympärille on myös järjestetty erilaisia tempauksia ja tapahtumia, kuten Kuluttaja-lehden järjestämä Hävikkiviikko sekä Motivan ja yhteistyökumppaneiden Hävikkifestarit. Helsingistä löytyy myös ravintola Loop, jossa valmistetaan kasvisruoka-annoksia kauppialta ja tuottajilta kerätyistä raaka-aineista, jotka muussa tapauksessa menisivät hukkaan (Loop, 2018). Kotkassa vapaaehtoiset ovat perustaneet hävikkikaapin, jonne kuka tahansa saa tuoda ylijäämäruokaansa ja vastaavasti kuka tahansa voi sieltä hakea ruokaa itselleen (Tillaeus/Yle, 2018).

Ruokaa heitetään hukkaan monessa vaiheessa elintarvikeketjua, mutta tässä tutkimuksessa keskitytään ketjun viimeiseen lenkkiin, kuluttajaan. Tähän vaiheeseen yksittäinen ihminen pystyy helpoiten vaikuttamaan omalla käytöksellään ja valinnoillaan. Kotitalouksien osuus ruokahävikistä on arviolta kolmannes koko elintarvikeketjun hävikistä (Hartikainen ym., 2013, s. 7).

Ruoan päätymisellä hävikkiin on laajemmat ympäristöön ja yhteiskuntaan liittyvät vaikutukset, kuin vain jätteen kertyminen. Ruoan tuottaminen, jalostaminen ja

kuljettaminen kuluttavat rajallisia luonnonvaroja ja energiaa, sekä vaativat inhimillisiä ja taloudellisia resursseja, kuten aikaa ja rahaa (Williams ym., 2012, s. 141).

Tässä tutkimuksessa tarkastelen kotitalouksissa syntyvää ruokahävikkiä arjen valintojen kautta. Kiinnitän huomiota erityisesti ruokaostoksiin liittyviin valintoihin ja siihen, miten tutkittavat suhtautuvat ruokahävikin syntyyn ja ehkäisyyn. Tutkimuksen kohderyhmäksi valikoituivat lapsiperheiden vanhemmat, sillä heillä ruokahävikin syntyminen ei ole vain omista valinnoista kiinni, vaan myös lapsen tai lasten toiminta vaikuttaa perheen ruokahävikkiin.

2. Kuluttajuus ja arkipäivän valinnat kotitalouksissa

Kotitalouksissa syntyvään ruokahävikkiin vaikuttavien asioiden voidaan katsoa alkavan elintarvikkeiden ostotilanteesta, eli kuluttajan kulutuskäyttäytymisestä ja sen taustalla olevista tekijöistä. Seuraavassa esittelen kulutuskäyttäytymiseen vaikuttavia tekijöitä sekä erilaisia kuluttajuuteen vaikuttavia motivaatioprofiileja sekä eettiseen kuluttamiseen liittyviä seikkoja.

2.1 Kulutuskäyttäytyminen

Kuluttaja on henkilö, joka hankkii ja käyttää erilaisia hyödykkeitä toimien sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Kuluttaminen on yksi tärkeä identiteetin rakentamisen väline. (Heinonen ym., 2005, ss. 9, 12.) Kulutusvalinnoissa korostuu myös se, mitä jätetään valitsematta omaan ostoskoriin. Valitsematta jättäminen on myös aktiivinen teko, sillä jotain on pakko valita. (Mäkelä, 2002, s. 34)

Nykypäivänä tehtäviä kulutusvalintoja värittää valintaa koskevan epävarmuuden kasvaminen. Yksinomaan rationaalinen harkinta on vaikeaa, jos ei jopa mahdollonta, kun kansainvälistyvien markkinoiden ja teknisesti jatkuvasti kehittyvien tuotantoprosessien ansiosta tiedämme yhä vähemmän tavaroiden alkuperästä, materiaaleista ja toimivuudesta. Mielikuvamainonta, panostus tuotteiden muotoiluun ja uudet pakkausmenetelmät tekevät myös rationaalisesta kulutusvalinnasta yhä hankalampaa. Kuluttaja pyrkiiikin minimoimaan epävarmuuden tunnettaan ja helpottamaan päätöksentekoa turvautumalla rutiineihin. Ruoanvalinnan ollessa kyseessä kulutusrutiini näkyy jo lapsena opittujen ateriointimallien ja ruokalajien suosiossa. (Ilmonen, 2007, ss. 202–203.)

Ihmiset pohtivat yhä enenevässä määrin valintojensa seurauksia. Monesti ajatellaan, että ruoan ominaisuudet ikään kuin siirtyvät syöjään. Oman elimistön hyvinvoinnin lisäksi on huomioitava myös maapallon, eläinten tai muiden ihmisten hyvinvointi. Ruokavalinnat nähdäänkin moraalisina ja eettisinä valintoina, jolloin ruoan nauttiminen ja kuluttaminen ei ole pelkästään yksityistä, vaan myös poliittista ja aktiivista. (Mäkelä 2002, ss. 27–28.)

Taloudellisen päätöksenteon jakautuminen perheen sisällä on riippuvaista käytävissä olevien tulojen määrästä, puolisoiden siviilisäädystä, perheen elinvaiheesta, perheenjäsenten tarpeista sekä aikuisten keskinäisestä vallasta rahaa koskevilla neuvotteluilla (Nyman, 2003, s. 79 Raijas & Wilskan, 2008, s. 246 mukaan). Tutkimusten mukaan (mm. Pahl 1989, Morris 1984, Raijas & Wilskan, 2008, s. 246 mukaan) puolisoista isompituloisella, joka on useimmiten mies, olisi eniten taloudellista valtaa. Tästä huolimatta pienituloisissa perheissä talouden hallinnointi on usein naisen tehtävänä. Tällöin taloudellisessa päätöksenteossa ei ole kyse vallasta, vaan huolesta saada rahat riittämään. (Raijas & Wilska, 2008, s. 247.)

Lasten vaikutusvaltaa perheen kulutuspäätöksiin on tutkittu varsin vähän. Eurooppalaisten tutkimusten mukaan lasten vaikutusvalta ulottuu erityisesti omien tavaroidensa ja perheen yhteisen vapaa-ajan kulutuksen suhteen (mm. Dunne 1999, Ötzgen 2003, Raijas & Wilskan, 2008, s. 249 mukaan). Suomessa lasten vaikutusvallan on huomattu ulottuvan edellisten lisäksi myös ruokaostoksiin. Tästä huolimatta vanhemmilla on yhä suurin rooli perheen kulutuspäätöksissä, joskin perheen sisäisen demokratian ja perheenjäsenten keskinäisen neuvottelun on arveltu lisääntyneen viimeaikoina. (Raijas & Wilska, 2008, ss. 249–250.)

Raijaksen ja Wilskan (2003, ss. 255–256) tutkimuksen mukaan kahden huoltajan lapsiperheissä perheen kotiin ostettavan ruoan ostopäätöksistä vastaa yleensä eniten nainen (42 %), tämän jälkeen aikuiset yhdessä (33 %), kaikki yhdessä (21 %) ja viimeisenä mies (3 %). Erikseen naisilta ja miehiltä kysyttäessä naiset katsoivat vaikuttavansa näihin ostopäätöksiin eniten useammin (47 %) kuin mitä miehet ilmoittivat puolisonsa vaikuttavan niihin eniten (36 %). 50 prosenttia vastaajista ilmoitti ottavansa lasten mielipiteen yleensä huomioon kotiin ostettavan ruoan ollessa kyseessä ja lapset itse arvelivat vaikuttavansa kotiin ostettavan ruoan ostopäätöksiin kohtalaisesti (40 % vastaajista) tai paljon (28 %). (Raijas & Wilska, 2003, ss. 255–256, 258.)

Suomalaisten ruokavalintoihin vaikuttavat ruoan maku, hinta ja laatu (Hartikainen ym., 2013, s. 14). Ruoan kulutusta selittää osittain tulot, mutta myös muut sosiaaliset olosuhteet muokkaavat makua, joka on tärkein kulutuserojen selittäjä (Mäkelä, 2002, s.19). Ruokailutottumukset muuttuvat melko hitaasti ja perhe vaikuttaa oleellisesti ruokailutottumusten kehittymiseen (Katajajuuri & Vinnari, 2008, s.133).

Mielellään kerralla isoja pakkauskokoja halvemmalla ostavat Silvennoisen ym. (2013, s. 22) mukaan alle 50-vuotiaat miehet, lapsiperheet, päivittäin ruokaa valmistavat, harvoin ruokaostoksilla käyvät ja ruokaa erittäin kalliina pitävät kuluttajat. Kuluttajien mielestä ennen kaikkea tuoreet hedelmät, liha/lihavalmisteet, vihannekset ja juurekset sekä kala/kalajalosteet myydään liian isoissa pakkauskoissa. Näin ajattelivat erityisesti iäkkäät ja yksinasuvat naiset. Mitä harvemmin taas kotitaloudet valmistivat ruokaa kotona, sitä harvemmin pakkauskoot olivat ongelma. (Silvennoinen ym., 2013, s. 23.) Liian isojen pakkauskokojen lisäksi ruokahävikkiä aiheuttavat pakkaukset, joita on haastavaa tyhjentää (Williams ym., 2012, s. 141).

2.2 Erilaiset kuluttajat

Jokaisen kuluttajan päätöksentekoa motivoivat erilaiset arvot ja asenteet. Kulutuspäätöksenteko ei olekaan rationaalinen prosessi, vaan sen taustalla on monimutkainen ajatteluketju, johon liittyy myös paljon pieniä arkisia tekijöitä. Joidenkin kulutusta motivoi ekologisuus ja maapallon kantokyky, kun taas toisten päätöksenteko tähtää oman nautinnon maksimoimiseen ja itsensä piristämiseen. Tausekijöistä riippumatta kaikkia kuluttajia yhdistää halu olla onnellinen ja elää hyvää elämää. Se vain tarkoittaa erilaisia valintoja eri ihmisille. (Sitra & Palmu, 2018)

Sitran ja Palmun (2018) tekemän selvityksen mukaan suomalaisten kuluttajien kulutusvalintoihin vaikuttavat tekijät voidaan jakaa seitsemään motivaatioprofiiliin. Kukin profiili edustaa ihmisryhmää, jonka kuluttamisen taustalla vaikuttavat samankaltaiset arvostuksenkohteet, asenteet ja motivaatiotekijät. Näitä profiileja erottelevina näyttäytyy kaksi ulottuvuutta:

1. ”Ohjaako kulutuspäätöksiä enemmän emotio ja nautinto kuin faktat ja ratio?
2. Halutaanko omien valintojen vaikutusten ja hyötyjen kohdistuvan vain itseensä ja omiin läheisiin vai nähdäänkö niillä olevan suurempi vaikutus ja tarkoitus?” (Sitra & Palmu, 2018, s. 2.)

Motivaatioprofiileista mukavuudenhaluinen nautiskelija arvostaa nautintoja ja helppoa elämää. Hän ei halua tinkiä mukavuudestaan ekologisuuden hyväksi, vaan panostaa rahallisesti itseensä ja odottaa laatua. Ruokansa hän ostaa milloin tekee mieli ja terveellisuuden ja ekologisuuden sijaan valintoja määrittää vahvasti oma maku, mielihalut ja nautinto. (Sitra & Palmu, 2018, ss. 6–7.)

Seurailevan suunnanetsijän kulutusvalintoihin vaikuttaa vahvasti omat piirit ja sosiaalinen media ja valinnat voivat muuttua helpostikin toisten ihmisten esimerkin vaikutuksesta. Kuluttaminen voi olla runsasta ja ostoksia tulee herkästi tehtyä ostamisen ilosta ilman sen suurempaa harkintaa. Ruokaostoksia hän tekee usein ja ilman suunnittelua, mutta seurailee kuitenkin hintoja. Ympäristökysymyksiin ja yhteiskunnallisiin asioihin hän ei koe voivansa vaikuttaa omilla valinnoillaan, vaan arvostaa helppoa elämää ja valintoja motivoi enemmänkin omassa elämässä näkyvä ilo tai hyöty, kuten rahansäästö. (Sitra & Palmu, 2018, ss. 9–10.)

Arjen selviytyjä kuluttaa vain pakon sanelemana ja lähinnä perustarpeisiinsa. Kulutusvalinnoissa näkyy hinta laadun kustannuksella ja lyhyen aikavälin hyöty esimerkiksi säästämisen merkeissä pidemmällä aikavälillä hyödyttävien investointien sijaan. Omien arvojen pohtimiseen tai ympäristön ajatteluun ei juurikaan ole varaa, vaan ostospäätökset tehdään hinnan mukaan silloin kun rahaa löytyy. (Sitra & Palmu, 2018, ss. 12–13.)

Impulsiivinen heräteostaja nauttii shoppailusta ja päätyy usein ostamaan muuta kuin mitä alun perin suunnitteli. Usein määrä korvaa laadun ja mukavuus ja nautinto ohjaavat kulutusvalintoja mainosten ja lehtijuttujen tuodessa inspiraatiota. Hän näkee ekologiset arvot tärkeinä, mutta ne eivät kuitenkaan vaikuta kulutusvalintoihin. Hän ei yleensä käytä ostoslistoja ja saattaa asioida kaupassa

monta kertaa päivässä unohtaessaan mitä tarvitsikaan. (Sitra & Palmu, 2018, ss. 15–16.)

Perinteinen tolkun ääni tekee harkittuja ostoksia tarve ja käytännöllisyys edellä. Hän arvostaa laatua ja kestävyyttä sekä kotimaisuutta ja paikallisuutta. Monesti uudet asiat ja ekologisuuden korostaminen tuntuu perinteiselle tolkun äänelle humpuukilta, mutta monet ympäristöystävälliset teot kuten kierrätys ja ruokaostosten tarkka suunnittelu kuuluvat hänen arkeensa, koska ne tuntuvat järkeviltä ja tuovat arkeen hyötyä ja säästöjä. (Sitra & Palmu, 2018, ss. 18–19.)

Fiilisvihreä suunnannäyttäjä arvostaa ekologisuutta ja laatua ja vertailee vaihtoehtoja tarkasti kulutusvalintoja tehdessään. Hänen valinnoissaan korostuu yksilöllisyys ja hän on valmis näkemään vaivaa omaan elämäntyyliinsä sopivien tuotteiden löytymiseksi. Usein nämä tuotteet ovatkin pienempien ja tuntemattomien tuottajien valmistamia. Ruokaostoksissa hän suosii usein luomua, pientuotantoa, läsi- ja satokausiruokaa ja lihansyönnin vähentämistä. Laatua ja edelläkävijyyttä tavoitellessaan fiilisvihreä suunnannäyttäjä saattaa toisinaan kuluttaa runsaastikin esimerkiksi matkustamiseen ja tyyliin. (Sitra & Palmu, 2018, ss. 21–22.)

Neuvokkaalle arkivihreälle kestävyys, vastuullisuus, ekologisuus ja laadukkuus ovat tärkeitä arvoja. Hän on valmis tinkimään omasta mukavuudestaan vihreiden valintojen puolesta. Hän ostaa vain tarpeeseen käytäntö edellä ja luottaa laadukkuuteen. Ruokaostokset hän tekee suunnitelmallisesti pari kertaa viikossa ja valinnoissa näkyy kotimaisuus, paikallisten pienyrittäjien tukeminen ja luomu. Vastuullisten valintojen lisäksi neuvokasta arkivihreää motivoi kulutuksen ja hävikin vähentäminen hänen halutessa tehdä osansa maailman hyväksi rahaa ja vaivaa kaihtamatta. (Sitra & Palmu, 2018, ss. 23–24.)

Hävikin syntymisen kannalta eettinen kuluttaminen ja kestävä kulutus ovat avainasemassa. Eettinen kuluttaminen voi merkitä hyvin erilaisia asioita eri ihmisille. Yksi perustelee eettisiä valintojaan erityisesti ympäristön kannalta, toinen eläinten hyvinvoinnin ja kolmas taas kehittyvien maiden työntekijöiden työolojen ja ihmisoikeuksien kannalta. Kuluttajan tehdessä arkipäiväisiä ruokaostoksia, eri vaihtoehtojen vertailu saatavilla olevan tiedon perusteella on haastavaa.

Monesti ihmisillä on myönteinen asenne eettistä kuluttamista kohtaan, mutta kuitenkin käytännössä kulutusvalinnat voivat olla jotain aivan muuta. Kaikilla ei ole mahdollisuuksia tehdä haluamiaan valintoja taloudellisten resurssiensä puitteissa, vaikka nykypäivänä pienissäkin kaupoissa on runsaasti valinnanvaraa.

Pecoraro (2009) tarkastelee eettistä kuluttamista ja siitä käytävää mediakeskustelua diskurssianalyysin välityksellä, jolloin eettiseen ruoan kuluttamiseen liittyvästä puheesta nousee neljä diskurssia. Näistä diskursseista kolmessa kuluttaja nähdään keskeisenä valintojen tekijänä, kun taas kestävän kehityksen diskurssissa eettinen kuluttaminen nähdään keinona edistää globaalia kehitystä kohti parempaa tulevaisuutta muun muassa maailmanlaajuisten instituutioiden ja poliittisen päätöksenteon kautta. (Pecoraro, 2009)

Eettinen kuluttaminen voidaan nähdä altruistisen välittämisen diskurssin kautta pyrkimyksenä pyyteettömästi edistää hyvyyden ja oikeudenmukaisuuden toteutumisesta arjen valintojen kautta. Kuluttaja ei siis tavoittele omaa hyötyä, vaan kulutusvalintojen tavoitteena on vaikuttaa positiivisesti ympäristön, eläinten ja muiden ihmisten hyvinvointiin. (Pecoraro, 2009, s. 4.)

Terveysten ja turvallisuuden diskurssin kautta tarkasteltuna eettinen kuluttajuus näyttäytyy toimintana, jonka tavoitteena on kuluttajan itsensä sekä myös muiden turvallisuus, terveys ja erilaisten yhteiskunnassa ja maailmassa vaanivien riskien hallinta. Tähän diskurssiin nojataan erityisesti luonnonmukaisesti tuotettujen elintarvikkeiden ja ruoan puolustajien toimesta. (Pecoraro, 2009, s. 5.)

Markkinatalouden diskurssin kautta tarkasteltuna eettinen kuluttajuus näyttäytyy kuluttajien tarpeena puhdistaa omaatuntoaan sekä toisaalta kantaa huolta ympäristöstään, eläimistä ja muista ihmisistä. Markkinatalouden periaatteen mukaista on vastata tarpeeseen ja kysyntään tarjoamalla kuluttajalle tuotteita, jotka häntä tyydyttävät. Markkinatalouden diskurssin välityksellä kuluttaja nähdäänkin aktiivisena toimijana, jonka valinnoista elintarvikkeiden ja ruoantuotannon eettisyys nähdään viimekädessä riippuvan. (Pecoraro, 2009, ss. 6–7.)

Mikään ostopäätös ei kuitenkaan ole niin eettinen, että sen päätyminen hävikkiin olisi hyväksyttävää. Ruokahävikin kannalta tarkasteltuna eettinen kuluttaminen voidaankin nähdä siten, että kulutusvalintoja tehdessä kiinnitetään huomiota myös siihen, että kaikki ostettu ruoka tulee käytettyä. Tämä voi tarkoittaa ruokaostosten suunnitelmallisuutta ja heräteostosten välttämistä, sopivan kokoisten pakkausten ostamista sekä parasta ennen- ja viimeinen käyttöpäivämerkintöjen katsomista.

3. Ruokahävikki kotitalouksissa

Tässä tutkimuksessa määrittelen ruokahävikiksi ruoan syötävät osat, eli esimerkiksi luut tai hedelmien kuoret eivät kuulu ruokahävikkiin. Ruokahävikki voi olla pois heitettäessä syömäkelpoista tai syömäkelvotonta, kunhan se on ihmisravinnoksi tarkoitettua ja ollut joskus syömäkelpoista. Tekstissä ruokahävikin synonyymina käytetään hävikkiä.

3.1 Syitä ruokahävikkiin

Ruokahävikin syntyyn kotitalouksissa on paljon erilaisia syitä. Länsimaissa ruoan tuhlaamisen syynä on usein ruoan halpuus ja siitä johtuva arvostuksen puute sekä ajattelemattomuus ja virheelliset käsitykset ruoan syömäkelpoisuudesta (Katajajuuri & Vinnari, 2008, s. 155).

Ennen kuluttajan käsiin päätymistä tuotantoketjussa syntyvään ruokahävikkiin on isona syynä tuotteiden laatuvaatimus, esimerkiksi kasvien epätäydellinen ulkonäkö ja muoto (Gustavsson ym., 2011, ss. 11–14; Charles ym., 2010, s. 817). Kauppojen laaja valikoima tuotteissa ja brändeissä aiheuttaa myös tuotteiden vanhentumista jo kaupassa (Gustavsson ym., 2011, ss. 11–14). Erityisesti teollisuusmaissa kuitenkin suurin osa ruokahävikistä syntyy ruoan kulutusvaiheessa, erityisesti kotitalouksissa (Koivupuro ym., 2012, s. 184).

Suurimpia syitä ruokahävikille on pilaantuminen, päiväyksen vanheneminen, ruoan liiallinen valmistaminen ja ylijääneet lautastähteet (Williams ym., 2012, s. 145; Silvennoinen ym., 2014 s. 1062). Lisäksi Williamsin ym. (2012, s. 145) tutkimuksessa esiin nousi pakkaukseen liittyvät asiat, eli liian iso pakkauskoko tai vaikeasti tyhjennettävä pakkaus. Silvennoisen ym. (2014, s. 1062) tutkimuksessa pienempinä syinä esiin nousi lisäksi se, että ruokaa ei enää haluttukaan syödä sekä se, että ruoan epäiltiin olevan jo yli parhaan kulutusajankohtansa.

Kotitalouksien ruokahävikin syntyyn vaikuttaa se, että ruokaa ostetaan liikaa, erityisesti paljousalennusten houkuttelemina (Cox & Downing, 2007, s. 2). ECO-

PAF-hankkeen tutkimuksessa selvisi, että ruokaa heitetään roskeen eniten kotitalouksissa, jotka käyttävät eniten rahaa ruokaan ja myös ostavat eniten ruokaa (Hartikainen, ym., 2013, s. 3). Aina ei tarjolla edes ole pienempää pakkauskokoa tai pienempi pakkaus on kilohinnaltaan huomattavasti kalliimpi, jolloin ruokaa tulee ostettua liikaa, eikä kaikkea ehditä syödä ennen pilaantumista (Koivupuro, ym., 2012, s. 190). Hartikaisen ym. (2013, ss. 3–4) tutkimuksen mukaan pakkauskoon ja ruokahävikin välillä ei kuitenkaan löydetty yhteyttä, joskin kotitaloudet, jotka kokivat pienemmän pakkauskoon olevan erittäin merkittävä tai merkittävä keino hävikin vähentämiseen myös tuottivat muita kotitalouksia enemmän ruokahävikkiä.

Suunnitelmallisuuden puute ostoksia tehtäessä sekä paljousalennusten hyödyntäminen kielii myös kuluttajien huolettomasta asenteesta ruokahävikkiä kohtaan, jos ostettavan tuotteen käyttöä ei suunnitella tarkasti (Gustavsson ym., 2011 ss. 13–14). Erityisesti helposti pilaantuvien ruokien, kuten hedelmien ja vihannesten ostaminen varsinkin terveellisempää ruokavaliota tavoiteltaessa aiheuttaa herkästi ruoan päätymistä hävikkiin (Cox & Downing, 2007, s. 2).

Myös kiireinen arki nähdään usein syynä ruokahävikin syntymiselle. Lapsiperheillä sekä korkeammin koulutetuilla ja suhteellisen hyvätuloisilla hävikkiä syntyy enemmän. Alle 50-vuotiailla naisilla hävikkiä syntyy useammin kuin muilla ikäluokilla tai miehillä. Kun ostokset tekee pääsääntöisesti nainen, syntyy hävikkiä enemmän kuin jos ostokset tekee pääsääntöisesti mies, tai pariskunta jolla ei ole lapsia. Merkittävää vaikutusta ruokahävikin syntyyn taas ei ole sillä, laitetaanko kotitaloudessa ruokaa kotona, eikä asuinalueella (kaupunki/maaseutu) tai asuntotyyppillä (omakoti-, rivi- tai kerrostalo). (Silvennoinen ym., 2013, s. 4.)

Suunnitelmallisuudella on myös iso rooli ruokahävikin synnyssä. Usein mielihaluun mukaan syödessä ne ruoat, jotka tulisi syödä ensin, jäävät syömättä ja päätyvät siten hävikkiin. Ruokaa myös valmistetaan usein liikaa, eikä samaa ruokaa haluta syödä useasti, tai ei osata hyödyntää tähteitä myöhemmin. Monesti kaappien perukoilta paljastuu syömäkelvottomia tuotteita, kun niiden käyttöä ei ole suunniteltu, tai niiden olemassaolo on unohdettu. (Cox & Downing, 2007, s. 2, Koivupuro ym., 2012, ss. 189–190.)

Erityisesti lapsien jättämällä ruoalla taas syynä on usein tyytymättömyys ruoan makuun. Lasten syömisen hankala ennustettavuus ja lautastähde ylipäättään ovatkin iso ruokahävikin aiheuttaja kotitalouksissa sen lisäksi, että ruoka ehtii pilaantua suunnittelemattomuuden vuoksi (Silvennoinen ym., 2013, s.4). Ruokien pilaantumiseen vaikuttaa myös se, että niitä ei säilytetä optimaalisimmissa olosuhteissa, jolloin ne saattavat kuivua tai pilaantua herkemmin (Koivupuro ym., 2012, s. 189).

Lisäksi vaatimus ruoan turvallisuudesta ja hygieenisestä laadusta sekä päiväyksien tarkka noudattaminen aiheuttaa ruoan päätymistä hävikkiin. (Cox & Downing, 2007, s. 2.) Syömäkelpoisen ruoan päätymistä hävikkiin aiheuttaakin monesti se, että aistinvaraiseen arviointiin ei luoteta ruoan syömäkelpoisuutta määriteltäessä, vaan päivämäärältään vanhentunut tuote heitetään pois riippumatta siitä, onko siihen merkitty vähimmäissäilyvyysaika, vai viimeinen käyttöajankohta (Koivupuro ym., 2012, s. 189).

Elintarvikkeiden pakollisiin pakkausmerkintöihin kuuluu vähimmäissäilyvyysaika tai viimeinen käyttöajankohta. Myös säilytysohje tulee merkitä pakkaukseen, jos sen puuttuminen voisi johtaa kuluttajaa harhaan. (Evira, 2018a.) Nämä merkinnät saattavat osaltaan vaikuttaa ruokahävikin syntyyn kotitalouksissa. Säilytysohjeen puute saattaisi aiheuttaa lisää hävikkiä tuotteiden pilaantuessa ennenaikaisesti väärin säilytettynä. Toisaalta taas päiväysmerkintä ohjaa monia heittämään vanhentuneen tuotteen pois, vaikka se aistinvaraisesti arvioituna olisikin vielä syömäkelpoinen.

Viimeinen käyttöpäivä merkitään tuotteisiin, jotka ovat mikrobiologisesti helposti pilaantuvia. Tämä merkitään pakkaukseen päivänä ja kuukautena ja halutessa myös vuosilukuna, ja sen päivämäärän jälkeen elintarviketta ei ole sallittua enää myydä tai käyttää eikä myöskään käyttää osana myytävän tai syötävän tuotteen valmistuksessa. Muihin tuotteisiin (muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta) taas vaaditaan merkittäväksi vähimmäissäilyvyysaika eli parasta ennen – päiväysmerkintä. Tällöin pakkaukseen merkitään ajankohta, johon saakka ainakin tuote on syömäkelpoinen oikein säilytettynä. Tämän ajankohdan jälkeenkin tuotetta saa

pitää myynnissä tai käyttää, kunhan sen laatu ei ole oleellisesti heikentynyt. (Evira, 2018b.) Aina kuluttaja ei kuitenkaan huomaa eroa näiden kahden merkin välillä. Tällöin hävikkiin päätyy helposti myös syömäkelpoista ruokaa, jos keskitytään vain päiväyksen katsomiseen, eikä luoteta omaan aistinvaraiseen arvioon.

Kuru-hankkeessa selvitettiin kuluttajien näkemyksiä ruokahävikin syntymisestä ja vähentämiskeinoista, ja siihen osallistuneista 74 % katsoo aina tai usein, että tuotteiden päiväys on mahdollisimman pitkällä, naisten toimiessa näin miehiä useammin. Päivämäärien katsominen on monesti myös tuoteryhmäkohtaista – tuoretuotteiden päivämäärämerkintöjä katsotaan kuivatuotteita tarkemmin. Osa vastaajista kuitenkin kertoi, että ostavat alennuksella tuotteita, joiden käyttöpäivämäärä on umpeutumassa. Erityisesti alle 35-vuotiaat ja yksinasuvat kuluttajat ostavat päiväysalennettuja tuotteita. Jo ostettujen tuotteiden osalta osa vastaajista kertoi arvioivansa aistinvaraisesti (haistelemalla ja maistelemalla) tuotteiden käyttökelpoisuutta, kun taas osa kertoi ruokien päätyvän hävikkiin heti niiden käyttöpäivämäärän umpeutuessa. (Silvennoinen, ym., 2013, ss. 3, 22.)

3.2 Ruokahävikin määrä ja hävikkiin päätyvä ruoka

Korkean ja keskitason tulojen maissa ruokaa heitetään pois huomattavia määriä erityisesti tuotantoketjun viimeisessä vaiheessa, eli kuluttajan toimesta (Gustavsson ym., 2011, s. 4). Teollisuusmaissa kuluttajat heittävät ruokaa pois 95–115 kg vuodessa henkilöä kohden, kun taas Saharan eteläpuoleisessa Afrikassa ja Etelä- ja Kaakkois-Aasiassa ruokahävikkiä kertyy vain 6–11 kg vuodessa henkilöä kohden (Gustavsson ym., 2011, s. 5).

Suomalaisissa tutkimuksissa ruokahävikin määrä vuodessa henkilöä kohden vaihtelee jonkin verran tutkimustavasta riippuen. Maa- ja elintarviketalouden tutkimuskeskuksen FOODSPILL-päiväkirjatutkimuksen mukaan Suomessa kotitalouksissa syntyy ruokajätettä keskimäärin 23 kg henkilöä kohden vuodessa, joskin suurin osa vastaajista (70 %) tuotti hyvin vähän hävikkiä, jolloin runsaasti hävikkiä tuottavat vaikuttavat keskiarvoon (Silvennoinen ym., 2012, ss. 3, 37). Kuru-

hankkeessa taas tutkittiin ruokahävikin määrää sekajätteen joukossa, jolloin kotitalouksissa syntyvän ruokahävikin määräksi saatiin keskimäärin 18 kg vuodessa henkilöä kohden laskettuna. Asuntotyypeittäin ruokahävikin määrä vaihteli välillä 15–22 kg. (Silvennoinen ym., 2013, s. 3.) ECOPAF-hankkeessa huomattiin kotitalouksien heittäneen keskimäärin noin kuusi prosenttia kaikesta ostamastaan ruoasta roskeen (Hartikainen ym., 2013, s. 3). Vaikka nämä määrät ovat huomattavasti pienempiä, kuin tutkimusten mukaan monissa muissa teollisuusmaissa, näyttäytyy kotitalouksien ruokahävikki suurempana kuin ruokaketjun muissa vaiheissa syntyvä hävikki (Koivupuro ym., 2012, s. 189).

Tutkittaessa ruokahävikin määrää suomalaisissa kotitalouksissa 2-viikkoisella ruokahävikkipäiväkirjalla (Koivupuro ym., 2012, s. 183), huomattiin tiettyjen sosio-ekonomisten taustavaikuttajien sekä käyttäytymiseen ja asenteisiin vaikuttavien tekijöiden toimivan selittävinä tekijöinä kotitaloudessa syntyvän ruokahävikin määrään nähden. Tällaisia tekijöitä olivat kotitalouden koko ja tyyppi, pääasiallisesti ruokaostoksista vastaavan sukupuoli, kotitalouden näkemys siitä, onko heidän mahdollista vähentää ruokahävikkiä, ruoan halvan hinnan arvostus sekä näkemys siitä, miten sopivan pakkauskoon ostaminen vaikuttaa ruokahävikkiin. Sen sijaan hävikin määrään ei huomattu olevan vaikutusta muun muassa asumisalueella ja asuntotyyppillä, perheen aikuisten koulutustasolla, ostos-, ruoanvalmistus- tai ruokailutottumuksilla. (Koivupuro ym., 2012, ss. 183, 186.)

Kotitalouden koko vaikutti ruokahävikin määrään siten, että yhden hengen talouksissa syntyi ruokahävikkiä enemmän henkilöä kohden, kuin viiden tai useamman henkilön talouksissa. Kotitaloustyyppejä lajiteltaessa yksinasuvien, erityisesti naisten talouksissa syntyi eniten hävikkiä. Perheisiin ja aikuisten kotitalouksiin verrattuna ero oli tilastollisesti merkitsevä. Hävikkiä syntyi myös tilastollisesti merkitsevästi enemmän talouksissa, joissa nainen oli pääasiallisessa vastuussa ruokaostoksista verrattuna talouksiin, jossa ostoksista vastuussa oli mies tai molemmat sukupuolet. Hieman enemmän hävikkiä syntyi talouksissa, joissa paljoustarjouksia tai alennettuja tuotteita ei ostettu usein. Samoin hävikkiä syntyi hieman enemmän kotitalouksissa, joissa ruoan matalaa hintaa ei pidetty tärkeänä. Kotitaloudet, jotka arvelivat pystyvänsä vähentämään hävikkiä merkittävästi tai vähintään jonkin verran tuottivat huomattavasti enemmän hävikkiä. Hävikin määrä

oli suurempi myös kotitalouksissa, jotka näkivät liian isojen pakkauskokojen olevan syynä ruokahävikin syntymiseen ainakin joskus. Vielä suurempaa hävikin määrä oli kotitalouksissa, jotka kokivat liian isot pakkauskoot syyksi useimmiten tai aina. Hävikkiä tuotti enemmän myös kotitaloudet, jotka ajattelivat voivansa vähentää hävikkiä ostamalla pienempiä pakkauskokoja. (Koivupuro ym., 2012, ss. 186–187.)

Kuitenkin Koivupuron ym. (2012, s. 188) mukaan harva faktori vaikutti tilastollisesti merkitsevästi. Joissain muissa tutkimuksissa esimerkiksi koulutusasteella ja asumisalueella on ollut vaikutuksensa. Odottamattomana tuloksena he pitivät sitä, miten huomattavasti suurempi määrä hävikkiä syntyi talouksissa, joissa ruokaostoksista vastasi pääasiassa nainen. Tähän syynä he arvelivat ainakin osittain olevan sen, että naiset ostavat usein terveellisempiä ruokia, jotka myös pilaantuvat herkästi. (Koivupuro ym., 2012, ss. 188–189.)

Poisheitettävä ruoka on useimmiten jollain tapaa valmisteltua. Tällaisia ovat esimerkiksi lautaselle ruokailun jälkeen jäävä ruoka, ruoka jota on valmistettu liikaa tai tuotteet, jotka ovat avattuja, mutta niitä ei ole syöty loppuun. Tämän lisäksi tuoreet ja helposti pilaantuvat ovat usein poisheitettävien ruokien listalla. (Cox & Downing, 2007, s. 1; Silvennoinen ym., 2014, s. 1061.)

Ruotsalaisen tutkimuksen mukaan kotitalouksien ruokahävikistä kaksi kolmannesta syntyi säilytyksen myötä ja kolmannes tuli aterioiden yhteydessä. Säilytyksessä syntyvä hävikki koostui enimmäkseen hedelmistä, vihanneksista ja maitotuotteista. Kolmannes kaikesta ruokahävikistä koostui valmistetusta ruoasta. (Williams, ym., 2012, s. 143.)

Silvennoisen ym. (2014, ss. 1061–1062) tutkimuksen mukaan hävikkiin päätyvistä raaka-aineryhmistä määrältään suurimpia ovat kasvikset ja perunat, kotona valmistettu ruoka ja maitotuotteet. Myös hedelmiä ja marjoja sekä leipiä ja muita leipomotuotteita päätyy hävikiksi melko paljon. Vähemmän hävikiksi päätyy lihaa, kalaa ja kananmunaa, eineksiä ja take away – ruokaa sekä riisiä ja pastaa. (Silvennoinen ym., 2014, ss. 1061–1062.) Tutkimuksessa havaittiin, että yli 40 prosenttia poisheitetystä ruoasta oli poisheittohetkellä syömäkelpoista, eli ruokaa

heitettiin paljon hukkaan myös ennen pilaantumista (Silvennoinen ym., 2014, s. 1066).

3.3 Ruokahävikin vaikutukset

On sekä ekologisesti, että taloudellisesti kestävämpää, kun syömäkelpoista ruokaa päätyy jätteeksi. Ihmisen aiheuttamasta ympäristökuormasta noin kolmannes johtuu ruoasta. Hävikkiin päätyvän ruoan tuottamisesta ja jätehuollosta tulee turha taakka ympäristölle. Hävikkiä vähentämällä voidaan siis vähentää ruoan ympäristökuormaa kokonaisuutena. (Silvennoinen, ym., 2013, s. 10.) Vähentämällä hävikkiä vähenisi ruoantuotannon tarve ja samalla pienennettäisiin myös biodiversiteettiin ja ilmastonmuutokseen liittyvää negatiivista vaikutusta (Gjerris & Gaianni, 2013, s. 16).

Ruoan tuotanto ja kulutus kuormittavat ympäristöä monin tavoin. Esimerkiksi maatalouden ravinnekuormitus aiheuttaa vesien rehevöitymistä, tuotantoeläinten lannasta vapautuva ammoniakki edistää maaperän happamoitumista, torjunta-aineiden käyttö aiheuttaa haittaa ympäristölle ja elintarvikeketjun eri vaiheissa syntyy ilmastonmuutosta aiheuttavia kasvihuonepäästöjä. (Katajajuuri & Vinnari, 2008, ss. 135–136.)

Teemme ruokaa koskevia kulutusvalintoja päivittäin. Yksityisen kulutuksen ympäristövaikutuksista noin kolmannes aiheutuukin ruokailusta ja se on asumisen ja liikkumisen ohella eniten ympäristöä kuormittavia toimintojamme. Kiinnittämällä huomiota ruokailutottumuksiin ja ruoan hankintatapaan, käsittelyyn sekä valmistukseen yksittäinen ihminen voi vähentää ympäristön kuormitusta huomattavasti. (Katajajuuri & Vinnari, 2008, s. 133.)

Kun ruoka päätyy hävikkiin, sen raaka-aineiden tuotannosta ja prosessoinnista aiheutuneet ympäristövaikutukset ovat syntyneet turhaan. Ruokahävikin synnyn ehkäisy olisikin yksinkertainen keino vähentää elintarvikeketjun ympäristövaikutuksia. (Silvennoinen ym., 2012, s. 3, Katajajuuri & Vinnari, 2008, s. 154–155.) Ruokahävikin vähentäminen kotitalouksissa yksinään ei kuitenkaan riitä, jos sitä

ei nähdä osana laajempaa kontekstia (Gjerris & Gaianni, 2013, s. 16). Ruokahävikin vähentyessä myös ruoan tuotannon tulisi vähentyä, jotta sillä todellisuudessa olisi vaikutusta ympäristön hyvinvointiin.

Hävikin ilmastovaikutus on noin 70 kg CO₂-ekvivalenttia vuodessa kun huomioitiin niin erilliskerätty biojäte kuin sekajätteen seassa oleva ruoka. (Silvennoinen ym., 2013, s. 3.) Karkeasti arvioituna kotitalouksien syömäkelpoinen ruokahävikki vuodessa vastaa 100 000 henkilöauton vuotuisia päästöjä. Koko ruokaketjun tasolla hävikin ilmastovaikutukset ovat arviolta kaksinkertaiset tähän verrattuna. (Silvennoinen, ym. 2012, s. 41.)

Ympäristöhuolien lisäksi ruokahävikki vaikuttaa taloudelliseen kehitykseen, sekä köyhien ihmisten ruokaturvaan. (Koivupuro ym., 2012, s. 183.) Kotitalouksien ruokahävikin vaikutus ruokaturvaan on kuitenkin kompleksinen. Kotitalouksissa ylijäämäruoan lahjoittaminen toisille on harvoin mahdollista (Gjerris & Gaianni, 2013, s.15), vaikka ruoan jakamiseen onkin viimeaikoina kehitelty joitain ratkaisuja paikallisesti. Kulutusvalinnoilla on kuitenkin vaikutuksensa ruokatilanteeseen myös muualla maailmassa (Gjerris & Gaianni, 2013, s.15).

Ruokahävikki aiheuttaa myös rahallisten resurssien hukkaan heittämistä (Koivupuro ym., 2012, s. 183). ECOPAF-hankkeen tutkimuksessa poisheitetyn ruoan rahalliseksi arvoksi saatiin keskimäärin 80 euroa henkilöä kohden vuodessa. Lapsiperheillä määrä on noin 270 euroa taloutta kohden, henkilöä kohden laskettuna summa on noin 70 euroa. Seurantatutkimus toteutettiin vuonna 2010, joten tämän päivän ruoan hinnoissa määrä on isompi. (Hartikainen, ym., 2013, ss. 21–22.)

Vastalauseena ruoan tuhlaamiselle jotkut keräävät ja hyödyntävät ruokaa, jonka muut ovat heittäneet pois. He hyödyntävät esimerkiksi kauppojen pois heittämiä tuotteita, joiden parasta ennen –päivämäärä on mennyt ohi. Tämä voidaan nähdä kritiikkinä kertakäyttökulttuurille ja yhteiskunnan kaupallistumiselle. (Katajajuuri & Vinnari, 2008, s. 155.) Toisaalta roskisdyykkauksen motiivina voi myös olla henkilön rahatilanne.

3.4 Ruokahävikin ehkäisy ja vähentäminen

Teollisuusmaissa tärkeä tekijä ruokahävikin ehkäisyssä on tietoisuuden lisääminen (Gustavsson ym., 2011, s. 6). Suomessakin ruokahävikki näkyy medioissa usein erilaisten kampanjoiden, tempausten ja tapahtumien kautta. Erityisesti vuositaisen hävikkiviikon ympärillä käsitellään hävikkiä monesta eri näkökulmasta. Toisaalta pelkkä tiedon lisääminen ei välttämättä kuitenkaan auta, sillä ongelman ja ratkaisujen tiedostamisen sekä näiden mukaan toimimisen välillä on iso aukko, varsinkin jos toimet vaativat muutosta yksilön käytökseen ja tapoihin (Gjerris & Gaianni, 2013, ss. 18–19).

Tutkimusten mukaan ihmiset pyrkivät vähentämään kotitalouksissaan syntyvää ruokahävikkiä ja suhtautuvat hävikkiin kielteisesti. Hävikki koetaan epämiellyttävänä ja sen minimoimiseen pyritään (Hartikainen ym., 2013, s. 27). Kreikkalaisessa tutkimuksessa suuri enemmistö vastaajista kertoi olevansa huolissaan joutuessaan heittämään ruokaa pois ja pyrkivänsä vähentämään kotitaloutensa ruokahävikkiä (Abeliotis ym., 2014, s. 238). Myös ruotsalaisessa tutkimuksessa suuri enemmistö vastaajista näki ruokahävikin huonona asiana. Hävikkiin suvaitsevaisemmin suhtautuvilla hävikkiä syntyi enemmän erityisesti aterioiden yhteydessä ja ruoan hintaa tärkeänä tekijänä pitävillä taas hävikkiä syntyi vähemmän. (Williams ym., 2012, s. 146.) Kanadalaisessa tutkimuksessa enemmistö vastaajista koki syyllisyyttä ruoan tuhlaamisesta ja näki ruokahävikin ympäristöllisen ja taloudellisen ongelman lisäksi sosiaalisena ongelmana (Parizeau ym., 2012, s. 212).

Ruokahävikki nähdään usein muuta jätettä isompana eettisenä kysymyksenä. Ihmiset, jotka muuten suhtautuvat kuluttamiseen positiivisesti, reagoivat ruokahävikkiin negatiivisesti. Esimerkiksi ylenpalttisesta vaatteiden ostelusta ei koeta niin huonoa omaatuntoa, kuin jos ostetaan ruokaa liikaa. (Gjerris & Gaianni, 2012, ss. 16–17.)

Ruokahävikin vähentämistä pidetään tärkeänä, mutta osa kuluttajista kokee, ettei tiedä aiheesta tarpeeksi. Esimerkiksi käyttökelvottoman ja syötävän ruoan erot-

taminen tuntuu hankalalta. Ruokahävikin vähentämistä pidetään kuitenkin mahdollisena, erityisesti jos ruokaa heitetään roskeen useimmiten. Tärkeimpänä motivaationa ruokahävikin vähentämiseen esiintyvät taloudelliset syyt. (Silvennoinen ym., 2013, s. 4.)

Ruokahävikin vähentämisen keinoina kuluttajat näkevät mm. paremman ostosten suunnittelun, helposti pilaantuvien ruokien syömisen ensiksi sekä ruoan pakastamisen. (Silvennoinen ym., 2013, s. 4.) Lisäksi kuluttajat arvelevat voivansa estää hävikin syntymistä säilyttämällä tuotteita oikein ja olemalla avaamatta uusia tuotepakkauksia ennen kuin aiemmin avatut on syöty loppuun (Koivupuro ym., 2012, s. 190). Näiden lisäksi hyvänä keinona hävikin vähentämiseen kuluttajat kokevat ruoan annostelun lautaselle siten, että se määrä tullaan varmasti syömään (Hartikainen, ym., 2013, s.38). Myös muutokset mieltymyksissä ja ruokailutavoissa sekä vaihtoehtoiset pakkauskoot kaupoissa näyttäytyvät kuluttajille mielekkäiltä tavoilta vähentää kotitalouden ruokahävikkiä (Parizeau ym., 2012, s. 212).

Parizeaun ym. (2012, s.212) mukaan ihmiset näkevät vastuun ruokahävikin vähentämisestä olevan ensisijaisesti yksilöillä. Tämän lisäksi vastuun nähdään olevan ruoan tuottajilla, kaupoilla, valtiovallalla, maanviljelijöillä ja jossain määrin myös ravintoloilla. (Parizeau ym., 2012, s. 212.)

Konkreettisia keinoja hävikin vähentämiseen on etukäteeissuunnittelu niin ruokaostoksien tekemiseen kuin ruoanvalmistukseenkin. Myös ruoan tähteiden hyödyntäminen ruoanlaitossa sekä ruoka-aineiden pilaantumisherkkyiden ja -tavan tuntemus ja tieto siitä, miten ruokaa on säilytetty ja miten se tulisi säilyttää auttaa ruokahävikin vähentämisessä. (Katajajuuri & Vinnari, 2008, s. 158).

4. Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Väkiluvultaan kasvavassa maailmassa ruoan riittäminen globaalisti ja sen tuottamisen kestävyys vaativat osaltaan ruokahävikin saamista kuriin. Yksittäisen ihmisen on helpointa vaikuttaa ruokahävikkiin omassa kotitaloudessaan. Syyt ruokahävikin syntyyn ovat moninaiset. Kaikilla kotitalouksilla arki koostuu erilaisista valinnoista, jotka osaltaan vaikuttavat myös ruokahävikin syntyyn. Lapsiperheissä valintoihin ja käyttäytymiseen vaikuttavat monet tekijät ja vanhemmilta opittu suhtautuminen ja käyttäytyminen vaikuttavat lasten valintoihin myös myöhemmässä elämässä. Näistä syistä tutkimuksen kohteeksi valikoitui ruokahävikki kotitalouksissa ja kohderyhmäksi lapsiperheiden vanhemmat.

Tutkimuksen tavoitteena on kuvata, analysoida ja tulkita kuluttajien käsityksiä ja kokemuksia ruokahävikin syntyä ja vähentämistä kohtaan. Tarkoituksena on selvittää lapsiperheiden vanhempien suhtautumista ruokahävikkiin ja sen vähentämiseen osana kestävää ruokatalouden hoitoa. Tutkimuksessa selvitetään myös lapsiperheiden vanhempien arjen valintojen vaikutusta kotitalouden ruokahävikin syntyyn.

1. Miten tutkittavat suhtautuvat ruokahävikin vähentämiseen osana kestävää ruokatalouden hoitoa?
2. Miten tutkittavien arjen valinnat vaikuttavat kotitalouden ruokahävikin syntyyn?

Tutkimuksen kohderyhmä on ne lapsiperheiden vanhemmat, jotka vastaavat kotitaloutensa ruokaostoksista ja ruoanvalmistuksesta pääasiallisesti. Vastausta tutkimuskysymyksiin haetaan aineistosta, joka on kerätty puolistrukturoidulla telemahaastattelulla seitsemältä lapsiperheen vanhemmalta. Haastattelut toteutettiin keväällä 2018.

5. Tutkimuksen toteutus

Tässä luvussa esittelen tutkimuksen toteutuksessa käytettyä laadullista tutkimusstrategiaa ja aineistonkeruumenetelmänä käytettyä puolistrukturoitua teema-haastattelua. Lisäksi esittelen tarkemmin tutkimuksen kohderyhmän ja haastattelutavat ja lopuksi esittelen aineiston analyysiin vaikuttaneet lähtökohdat ja analyysin kulun.

5.1 Laadullinen tutkimusstrategia

Tässä tutkimuksessa käytetään kvalitatiivista, eli laadullista tutkimusotetta. Laadullinen tutkimus pyrkii tutkimuskohteen mahdollisimman kokonaisvaltaiseen tutkimiseen (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2007, s. 158). Laadullinen tutkimus on ymmärtävää tutkimusta selittävän sijaan (Tuomi & Sarajärvi, 2009, s. 28). Siinä pyritään kuvaamaan jotain tapahtumaa, ymmärtämään toimintaa ja antamaan teoreettinen tulkinta jostakin ilmiöstä tilastollisten yleistysten sijaan (Eskola & Suoranta, 1999, s. 61). Tässä tutkimuksessa käytetään laadullista lähestymistapaa, sillä tutkimuksen tarkoituksena on kuvata tutkittavien käsityksiä, kokemuksia ja näkemyksiä kokonaisvaltaisesti.

Laadullisessa tutkimuksessa tutkittavia tapauksia on vähän, mutta niitä analysoidaan hyvin kattavasti. Tieteellisyyden kriteeri onkin laatu ja käsitteellistämisen kattavuus. Aineistoa nähdään olevan riittävästi, kun uudet tapaukset eivät tuo uutta tietoa tutkimusongelman kannalta. Tällöin puhutaan aineiston kylläntymisestä, eli saturaatiosta. Vastauksia tarvitaankin juuri sen verran, kuin aiheen kannalta on välttämätöntä. (Eskola & Suoranta, 1999, ss. 18, 62–63.)

Laadullista tutkimusta tehtäessä on tarkoituksena pyrkiä rakentamaan aineistosta teoreettisesti kestäviä näkökulmia (Eskola & Suoranta, 1999, s. 62). Laadullisen tutkimuksen luonteeseen kuuluu, ettei tutkijalla ole ennalta asetettuja hypoteeseja tutkittavasta ilmiöstä. Laadullisten aineistojen avulla tutkija voi löytää uusia näkökulmia. (Eskola & Suoranta, 1999, ss. 19–20.)

Laadullisessa tutkimuksessa tutkimussuunnitelma saa elää tutkimuksen mukana (Eskola & Suoranta, 1999, s. 15) Tässäkin tutkimuksessa tutkimuskysymykset hakivat muotoaan tutkimuksen edetessä. Laadullisen tutkimuksen luonteeseen kuuluu mahdollisimman monenlaisen tarkastelun mahdollistavan aineiston kerääminen. Aineistolle on tyypillistä ilmaisullinen rikkaus, monitasoisuus sekä kompleksisuus ja se on moniulotteista kuten elämä itsessäänkin. Laadullinen aineisto koostuukin näytteistä, jotka ovat osa tutkittavaa maailmaa. (Alasuutari, 2011, ss. 84, 87.)

5.2 Puolistrukturoitu teemahaastattelu

Tutkimuksen aineisto on kerätty puolistrukturoidulla teemahaastattelulla. Siinä haastattelu etenee aiheen kannalta keskeisten teema-alueiden ympärillä. Tarkkaan muotoiltujen kysymysten sijaan teemaa käsitellään haastateltavan kanssa melko vapaasti ja tutkija esittää täsmentäviä kysymyksiä haastateltavan esiin nostamista asioista. Tällä tavalla toimittuna tutkittavien ääni ja heidän tulkintansa sekä asioille antamat merkitykset saadaan kuuluviin tutkijan näkökulman sijasta. (Hirsjärvi & Hurme, 2001, s. 48; Tuomi & Sarajärvi, 2009, s. 75; Eskola & Vastamäki, 2010, s. 28.) Tutkijan tehtävänä on varmistaa, että kaikki suunnitellut teema-alueet käydään haastattelussa läpi, mutta niiden järjestys ja laajuus voi vaihdella eri haastateltavien välillä (Eskola & Suoranta, 1999, s. 87; Eskola & Vastamäki, 2010, s. 28).

Tutkimushaastattelu korostaa sitä, että ihminen nähdään tutkimustilanteessa subjektina, joka on aktiivinen merkityksien luoja. Haastattelutilanteessa tutkijan ollessa suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa tutkittavaan, on mahdollista suunnata tiedonhankintaa itse tilanteessa. Myös vastausten taustalla olevia motiiveja voidaan selvittää haastattelussa. (Hirsjärvi & Hurme, 2001, ss. 34–35.) Haastattelun etu moniin muihin aineistonkeruumenetelmiin verrattuna on erityisesti joustavuus. Haastattelijä voi tarvittaessa toistaa kysymyksiä, oikaista väärinkäsityksiä, selventää omia sanojaan ja tarkistaa ymmärtäneensä haastateltavan sanoman oikein sekä käydä keskustelua haastateltavan kanssa. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, s. 75.)

Haastattelua tehdessä tiedetään jo ennalta, että tutkimuksen aihe voi tuottaa monitahoisia ja moniin suuntiin ulottuvia vastauksia. Haastattelussa pystytään myös selventämään saatuja vastauksia sekä syventämään niitä. Haastateltavalta voidaan myös pyytää perusteluja esitetyille mielipiteille haastattelutilanteessa, joka myös osaltaan syventää saatuja vastauksia. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2007, s. 200.)

Haastattelijan on tärkeää tiedostaa haastattelun intersubjektiivisuus, eli hakiesamme tietoa toisen ihmisen ajattelusta, mukana on alati myös oma tietoisuutemme, jonka rakenteet heijastuvat tulkintaamme toisen henkilön ilmaisusta. Intersubjektiivinen luottamus edellyttääkin haastattelijan tiedostavan omat lähtökohtansa, jotta hän voi arvioida niiden vaikutusta haastateltavan ilmauksiin, sekä siihen, mitä haastateltava sanoo tai jättää sanomatta. Se edellyttää myös sitä, että haastattelijä todella kuuntelee, mitä haastateltava sanoo ja huomaa, milloin haastateltavan sanomaan tulisi puuttua lisäkysymyksellä. Lisäksi intersubjektiivinen luottamus edellyttää haastateltavan luottamusta tukijaan. Tällöin vuorovaikutuksen tulee olla enemmänkin keskustelua kuin kuulustelua, jolloin haastateltava uskaltaa sanoa todelliset ajatuksensa, eikä yritä antaa vain vastauksia, joiden uskoo miellyttävän haastattelijaa. (Ahonen, 1994, ss. 136–137.)

Luottamuksen rakentaminen haastattelutilanteessa on tasapainoilua empatian osoittamisen ja yhteisyyden rakentamisen sekä haastattelutilanteen tehtävään ja sen roolijakoon painottumisen välillä (Ruusuvuori & Tiittula, 2005, s. 42). Luottamuksen rakentamisen lisäksi haastattelijan on tärkeätä puhua ymmärrettävästi ja käyttää haastateltavalle tuttuja käsitteitä. Samankaltainen kielenkäyttö haastattelutilanteessa voi auttaa lähentämään haastattelijan ja haastateltavan näkökulmia ja puhetapa yleensä muokkaantuukin keskustelukumppanin mukaan (Ruusuvuori & Tiittula, 2005, s. 39). Haastatteluja litteroidessa huomasinkin mukautuneeni vastaajan murteeseen. Lisäksi ennen jokaista haastattelua kerroin haastateltaville lyhyesti mitä tarkoitan puhuessani arjen valinnoista ja tarpeen mukaan selitin haastattelun aikana käsiteltyjä termejä.

Puolistrukturoitu teemahaastattelu on lähellä syvähaastattelua (Tuomi & Sarajärvi, 2009, s. 75). Syvähaastattelussa kysymykset ja vastaukset työntyvät kyseisen teeman ääri- ja syvyysalueille. Syventävät kysymykset syntyvät usein juuri siitä, mitä haastateltava on aiemmin sanonut, muuten haastavalta tuntuvat kysymykset voivat hämmentää haastateltavaa ja sotkea hänen ajatuksensa. Tämä edellyttää tutkijalta varmaa ja selkeää teorianhallintaa tutkittavasta tiedonalasta, sekä harjaantumista kysymysten muotoiluun haastattelutilanteessa. (Ahonen, 1994, s. 137.) Pysin haastattelutilanteissa muodostamaan kysymyksiä haastateltavien aiempien sanomisten pohjalta syventäen aiheen käsittelyä, mutta enimmäkseen haastattelut etenivät ennalta mietityllä tavalla teema-alueittain.

Ennen haastatteluja kerroin jokaiselle haastateltavalle tekeväni tutkimusta Pro Gradu -tutkielmaani varten ja kerroin, että hävikkiä käsitellään lähinnä perheen ja yksilön näkökulmasta, mutta haastattelun aikana sivutaan myös ruokahävikkiä yleisemmällä tasolla. Painotin olevani kiinnostunut nimenomaan haastateltavien kokemuksista, käsityksistä ja näkemyksistä ja rohkaisin heitä vastaamaan rehellisesti ja mahdollisimman laajasti. Painotin myös haastateltavien anonymiteettiä ja sitä, että halutessaan haastattelun voi keskeyttää milloin tahansa tai kieltäytyä vastaamasta johonkin kysymykseen niin halutessaan. Pysin luomaan turvallista ja luottamuksellista ilmapiiriä, jossa haastateltavien on helppo vastaila stressittömästi.

5.3 Tutkimuksen kohderyhmä ja haastateltavat

Tutkimuksen kohderyhmä on ne lapsiperheiden vanhemmat, jotka vastaavat kotitaloutensa ruokaostoksista ja ruoanvalmistuksesta pääasiallisesti. Lapsiperheeksi määrittelen tässä tutkimuksessa yhden tai useamman vanhemman perheen, jossa on yksi tai useampi alaikäinen lapsi, jotka asuvat pääsääntöisesti haastateltavan vanhemman kanssa samassa taloudessa.

Koehaastatteluna haastattelin kahta perheenäitiä, joista toisen lapsi on jo täysi-ikäistynyt ja toisen lapsista yksi on vielä alaikäinen. Koehaastattelun tarkoituksena oli haastattelijan harjaantumisen lisäksi testata haastattelurungon toimi-

vuotta. Vaikka puolistrukturoituna haastattelussa ei ole tarkkaan muotoiltuja kysymyksiä, auttoi koehaastattelu hahmottamaan, miten kysymyksiä kannattaa muotoilla, jotta ne tulevat ymmärretyksi. Koehaastattelussa huomasin, että osaa teema-alueista oli käsitelty jo aiempien teema-alueiden kohdalla, mutta monesti aiheesta nousi jotain uutta esiin, kun esitin kysymyksen, johon oikeastaan olikin jo vastattu.

Haastateltavien hankkimiseksi haastattelupyyntö julkaistiin Motivan Saa syödä – ja HSY:n Fiksu vähentää jätettä -Facebooksivuilla. Näiden välityksellä syntyi ensimmäinen haastattelu. Näillä haastateltavilla oli siis jo selkeä kiinnostus ruokahävikkiin liittyviin asioihin. Loput haastateltavat löytyivät omien kontaktieni kautta. Näistä yhdellä on ammatin puolesta normaalia enemmän tietoa ruokahävikkiin liittyvistä asioista.

Haastatteluista yksi on parihaastattelu, muut toteutettiin yksilöhaastatteluna. Haastateltavien ikähaarukka on melko laaja ja haastateltavien lasten iät vaihtelevat vauvasta teini-ikäisiin. Haastateltavia on sekä kaupungista, että maaseudulta. Tarkemmat tiedot haastateltavista sekä haastattelujen kestot näkyvät taulukosta 1.

Taulukko 1. Haastatellut vanhemmat.

Haastateltavan ikä ja sukupuoli	Haastattelun kesto	Koulutus-tausta	Ammatti	Lasten iät	Asuin-paikka
A: Nainen, 32 B: Mies, 34	01:31:46	Molemmat: ylempi korkeakoulututkinto	A: maisema-arkkitehti B: arkkitehti	5 & 7 vuotta	kaupunki
C: Nainen, 33	39:28	Sekä alempi, että ylempi korkeakoulututkinto	Luokanopettaja, tällä hetkellä äitiyslomalla	9 kk	kaupunki
D: Nainen, 24	54:41	Ylioppilas, opiskelee alempaa korkeakoulututkintoa	Opiskelija (terveydenhoitaja)	3 vuotta	kaupunki

E: Nainen, 35	1:06:54	Ylioppilas, ammatti- koulu	Kokki	9 & 10 vuotta	maaseutu
F: Nainen, 26	45:13	Alempi kor- keakoulutu- kinto	Sairaanhoi- taja	1 & 3 vuotta	maaseutu
G: Nainen, 44	36:54	Ylioppilas, ammatti- koulu	Lähihoitaja	12, 16 & 19 vuotta (+ yksi jo omilleen muuttanut täysi-ikäi- nen)	maaseutu

Haastattelutilanteen tulisi olla mahdollisimman rauhallinen ja tapahtua paikassa, jossa ei ole paljoa muita virikkeitä. Haastattelua ei kannata kuitenkaan tehdä liian muodollisessa tilassa, jossa haastateltava saattaa kokea olonsa epävarmaksi. (Eskola & Vastamäki, 2010, ss. 29–30.) Haastatteluista suurin osa toteutettiin haastateltavan kotona, yksi kahvilassa, yksi kirjastossa ja yksi haastateltavan työpaikalla. Usealla haastateltavalla myös lapset olivat haastattelun aikana kotona ja julkisissa tiloissa tapahtuvissa haastatteluissa ulkopuolisista ihmisistä oli pientä häiriötä jossain vaiheessa haastattelua.

5.4 Aineiston analyysi

Aineisto analysoitiin laadullisen sisällönanalyysin keinoin. Aineiston analyysin tavoitteena on selkiyttää aineistoa ja tuottaa tutkittavasta asiasta uutta tietoa sen avulla. Tavoitteena on tiivistää aineisto kadottamatta sen sisältämää tärkeätä informaatiota, vaan ennemminkin kasvattamaan hajanaisen aineiston informaatioarvoa luomalla aineistosta selkeää ja mielekästä. (Eskola & Suoranta, 1998, s. 138.) Laadullisessa analyysissä aineistoa pyritään tarkastelemaan kokonaisuutena, vaikka se koostuisi erillisistä tutkimusyksiköistä (Alasuutari, 2011, s. 38), kuten tässä tapauksessa yksittäisistä haastatteluista.

Jossain määrin aineiston analyysin voidaan katsoa alkaneen jo haastattelutilanteessa, kun tutkijan tulee huomata aukot haastateltavien kertomuksissa ja esittää näitä aukkoja täydentäjiä kysymyksiä ja tiedostettava, mitä teemoja tulee nostaa haastattelussa esiin uudelleen (Rubin & Rubin, 2005). Laadullinen tutkimus onkin

kokonaisuus, jossa aineiston keruun ja analyysin tiukka erottaminen on mahdollista (Tuomi & Sarajärvi, 2009, s. 68).

Kunkin haastattelun jälkeen litteroin haastattelut kirjalliseen muotoon. Tarkkojen sanamuotojen lisäksi litteroin naurahdukset ja miettimistä kuvastavat äännähdykset. Parihaastattelussa tuli myös jonkin verran päällekkäin puhumista ja keskeytyksiä, joten merkitsin myös kohdat, joissa toinen tuli keskeytetyksi. En kuitenkaan merkinnyt taukoja puheessa tai äänenpainoja. Tutkimusongelman kannalta en kokenut taukojen ja äänenpainojen merkitsemisen olevan mielekäästä, kun taas naurahdusten avulla välittyi monesti millä sävyllä asiasta puhuttiin.

Litteroinnin jälkeen luin aineistoa useaan otteeseen alkaakseni hahmottaa aineiston keskeisiä elementtejä (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari, 1995, s. 163). Tämän jälkeen lähdin pelkistämään aineiston alkuperäisilmauksia tiiviimpään muotoon. Tarkoituksena oli löytää analyysiin tutkimusongelman kannalta oleelliset ilmaukset. Tämän jälkeen ryhmittelin pelkistetyt ilmaukset yhtäläisten ilmaisujen joukoksi. (ks. Tuomi & Sarajärvi, 2009, ss. 101–102) Teemahaastattelussa ilmaukset olivat jo osittain valmiiksi ryhmiteltynä, mutta hain aineistosta pienempiä ryhmiä. Haastatteluista nousseet ilmaukset sopivat monesti useaan ryhmään ja tiettyjä teemoja käsiteltiin haastatteluissa useaan otteeseen niin haastattelijan kuin haastateltavienkin aloitteesta.

Yhtäläisten ilmaisujen löytymisen jälkeen muodostin niistä kategorian, jolle annoin sisältöä kuvaavan nimen. Näistä kategorioista etsin samansisältöisiä, joita yhdistin yläkategorioiksi ja nimesin ne. Kaikkia alakategorioita ei saanut yhdistettyä. Näitä yläkategorioita (sekä alakategorioita, joita ei ollut mielekäästä yhdistää) yhdistämällä löytyi teemat, joiden avulla vastataan tutkimusongelmiin. (ks. Tuomi & Sarajärvi, 2009, ss. 101–102.) Teemoittelussa on oleellista, mitä kustakin teemasta on sanottu. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, s. 93)

Aineiston analyysissä käytetään abduktiivista, eli teoriasidonnaista päättelyä. Siinä on teoreettisia kytkentöjä, jotka eivät kuitenkaan suoraan pohjautu teoriaan. Teoria kuitenkin toimii apuna analyysin etenemisessä. Analyysiyksiköt valitaan aineistosta, mutta aikaisempi tieto ohjaa ja auttaa analyysia. Analyysissa

näkyä aikaisemman tiedon vaikutus, mutta sen tarkoituksena ei ole testata teoriaa, vaan pikemminkin aukoa uusia ajatusuria. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, ss. 96–97.) Haastattelun teemat muotoutuivat aiemman tutkimustiedon avustuksella ja tutkimuksen teoreettinen viitekehys oli varsin pitkälle muotoutunut jo aineiston hankintavaiheessa. Tarkoituksena ei kuitenkaan ole testata mitään aiempaa teoriaa, vaan analyysissa syntyneet teemat löytyivät aineistosta. Niitä kuitenkin tarkastellaan myös teorian välityksellä.

Aineiston teema-analyysistä löytyi kuusi teemaa. Näistä teemat 1–3 vastaavat tutkimuskysymykseen 1 ja teemat 4–6 vastaavat tutkimuskysymykseen 2.

Taulukko 2. Analyysissa löytyneet teemat ja kategoriat.

Tutkimuskysymys	Teema	Kategoriat
1. Miten tutkittavat suhtautuvat ruokahäviön vähentämiseen osana kestäväää ruokatalouden hoitoa?	Hävikkiin suhtautuminen	Hävikin määrittely Syömäkelpoisuus Tietoisuus hävikkiin liittyvistä (yhteiskunnallisista) asioista Tunteet ja asenteet, dyykkaus
1. Miten tutkittavat suhtautuvat ruokahäviön vähentämiseen osana kestäväää ruokatalouden hoitoa?	Hävikin vähentäminen	Vähentämistä tukee perheessä Vähentämistä estää perheessä Hävikin hyödyntäminen/estäminen yleisellä tasolla
1. Miten tutkittavat suhtautuvat ruokahäviön vähentämiseen osana kestäväää ruokatalouden hoitoa?	Syitä hävikin vähentämiseen	Ympäristö Nälänhätä Raha Ruoan arvostus

2. Miten tutkittavien arjen valinnat vaikuttavat kotitalouden ruokahäviön syntyyn?	Syyt ruokahäviön syntymiseen ja syntymättömyyteen	Ruoanlaittoon liittyvät arjen valinnat Ruokailutottumuksiin liittyvät arjen valinnat Kulutukseen liittyvät arjen valinnat Kuluttajatyypit
2. Miten tutkittavien arjen valinnat vaikuttavat kotitalouden ruokahäviön syntyyn?	Perheiden ruokahävikki	Hävikkiin päätyvä ruoka Häviön määrä
2. Miten tutkittavien arjen valinnat vaikuttavat kotitalouden ruokahäviön syntyyn?	Hävikki menneisyydessä ja tulevaisuudessa	Perheen hävikki aiemmin Oivallukset hävikkiin liittyen Hävikki tulevaisuudessa omalla perheellä Hävikki tulevaisuudessa laajemmassa näkökulmassa

6. Tutkimustulokset ja niiden tulkintaa

Aineiston analyysistä löytyi kuusi teemaa. Näistä teemat 1–3 vastaavat tutkimuskysymykseen 1 ja teemat 4–6 vastaavat tutkimuskysymykseen 2. Esittelen tässä luvussa tutkimuksen tulokset tutkimuskysymysten mukaan jaoteltuna.

6.1 Ruokahävikin vähentämiseen suhtautuminen

Ruokahävikin vähentämiseen suhtautuminen jakautuu kolmeen teemaan. Hävikkiin suhtautumiseen kuuluvat käsitykset hävikistä ja ruoan syömäkelpoisuudesta, tietoisuus hävikkiin liittyvistä asioista sekä tunteet, asenteet ja roskisdyykkaus. Hävikin vähentämiseen liittyvät vähentämistä tukevat ja estävät seikat perheissä sekä hävikin hyödyntäminen ja estäminen yleisellä tasolla. Hävikin vähentämisen syyt jakaantuvat ympäristöön, nälänhätään, rahaan ja ruoan arvostukseen liittyviin syihin.

6.1.1 Hävikkiin suhtautuminen

Haastateltavat määrittelivät ruokahävikin ruoaksi, joka jää yli, eikä sitä enää hyödynnetä, vaan sen joutuu heittämään pois. Ruokahävikin määritelmässä tuli esiin myös ruoka, joka on mennyt pilalle, eikä sitä ole ehditty syödä. Vaikka haastateltavat määrittelivät ruokahävikkiä ensisijaisesti oman perheen näkökulmasta, tuli esiin myös ruokahävikki kotitalouksien lisäksi kaupoissa, ravintoloissa ja muissa yrityksissä.

Yhden haastateltavan perheessä jämäruoat menevät suurimmaksi osaksi koiralle, joten hän ei määritellyt tätä osuutta ylijäämäruoasta ruokahävikiksi, sillä se ei mene roskikseen. Erään perheen pihapiirissä taas on runsaasti omenapuita ja hän määritteli ruokahävikiksi myös omenat, jotka ehtivät mätänemään maahan. Kaksi haastateltavaa mainitsivat myös ruoanlaiton prosesseissa syntyvät sivuvirrat, joskin tällaisia sivuvirtoja ei nähty niin pahana, kuin suoraviivaisempaa ruokahävikkiä. Yksi haastateltavista ei ollut aiemmin mieltänyt lautastähdettä ruokahävikiksi, mutta haastattelun aikana havahtui senkin olevan ruokahävikkiä.

Ja sit sellaiset sivuvirratkin on oikeastaan hävikkiä, että jos vaikka tekee itse olutta, niin siitä jää sitä mäskiä, joten jos sen heittää pois vaikka sen vois esimerkiksi leipoa leipätaikinaan, niin sekin on tavallaan hävikkiä, vaikka se onkin vähä erita-soista. B

Mä en itseasiassa ajatellut, että se mitä jää lautaselle, on myös sitä hävikkiä. Tuli tossa aiemmin mieleen, kun sanoin et nuoremalla lapsella jää sitä ruokaa lautaselle. F

Ruoan syömäkelpoisuutta määriteltäessä haastateltavilta löytyi myös yhdistäviä ja erottavia tekijöitä. Kaikki mainitsivat arvioivansa ruokien syömäkelpoisuutta jossain määrin aistinvaraisesti, erityisesti haistelemalla ja ulkonäköä arvioimalla. Varsinkin homeinen ja oudolta haiseva ruoka nähtiin syömäkelvottomana. Tuotteiden päiväysmerkintöihin suhtautuminen kuitenkin vaihteli. Suurin osa haastateltavista mainitsi voivansa syödä ruokia myös päiväyksen umpeuduttua, osa taas suhtautui päiväysmerkintöihin tarkemmin.

Kyllä sitä aikalailla katotaan sitä viimeistä käyttöpäivää. Varsinkin jos on jotakin tuoretta, niin harvoin käytetään viimeisen käyttöpäivän jälkeen. G

Jos jossakin jogurtissa on parasta ennen-päiväys mennyt, niin kyllä mä saatan syödä sen vielä viikonkin päästä jos se on ihan normaalin makuinen ja hajuinen. E

Mies on ehkä enemmän sellainen, että se katsoo päiväyksen ja toteaa sen olevan huono. Sit mä sanon et hei haista ja kato, se voi olla ihan hyvä vielä! D

Eri tuotteissa päivämäärään suhtautuminen vaihteli, erityisesti liha- ja kalatuotteissa päiväyksestä oltiin tarkempia. Kukaan haastateltavista ei kuitenkaan suoraan maininnut tekevänsä eroa parasta ennen- ja viimeinen käyttöpäivämerkintöihin.

Enemmän me mennään ehkä sen mukaan, et ei oo näkyviä homeita ja ei haise pahalta, eikä maistu pahalta, kun jossain leivissäkin on aika lyhyet ne päiväykset. Mutta ehkä jossain kalassa tai lihassa sillä lailla vähä tarkemmin katsotaan. D

Jos on vaikka juusto vähän kovettunut, niin kyllähän sen voi sit keittää vaikka johonkin ruokaan. A

Kasvisten syömäkelpoisista osista oli myös erilaisia näkemyksiä. Suurin osa mainitsi, että esimerkiksi parsakaalin ja kukkakaalin kantaa ei syödä, kun taas yhdessä haastattelussa mainittiin ainakin porkkanat, perunat ja omenat syötävän kuorineen.

Mä harvemmin just sitä parsakaalin kantaa oon käyttäny, ehkä jonnekin sosekeittoon joskus oon kaiken käyttäny. D

Porkkanasta leikataan pois molemmista päistä ihan pienet palat, ja se pestään, ja sit se syödään kokonaan. A

Haastatteluissa tuli esiin se, että usein ruokaa valmistetaan kerralla useammaksi päiväksi. Ruoan katsottiin siis olevan syömäkelpoista myös uudelleen lämmitettynä ja sitä saatetaan säilyttää useammankin päivän. Kaikkien ruokien ei kuitenkaan nähty soveltuvan niin hyvin säilytettäväksi ja uudelleen lämmitettäväksi.

Tai pastat, jota keittää, ja sit ne jää jääkaappiin moneksi päiväksi seisomaan. Ja vaikka se ei olisi homeessa, niin ei enää oikein viitsi käyttää. Pelkää et onko ne sitten kuitenkin jo. C

Perheissä ruokahävikkiin oli kiinnitetty huomiota aina, ja vanhemmat kokivat hävikin minimoimisen tärkeäksi. Osa haastateltavista oli kiinnittänyt huomiota ruokahävikkiin laajemmassa mittakaavassa hyvinkin paljon, kun taas osa ei juurikaan. Jotkut kokivat ruokahävikkiasioden olleen esillä erityisesti viimeaikoina mediassa ja myös lapsille on puhuttu asiasta koulussa. Myös kauppojen ja ravintoloiden pyrkimys ruokahävikin vähentämiseen oli huomattu. Osa oli tietoinen hävikkiruokaa myyvistä toimijoista, kun taas erityisesti maaseudulla nämä eivät olleet tulleet tutuiksi.

Me ollaan ostettu niistä nettikaupoista, joita on nyt tullut, nämä Fiksu ruoka ja Matsmart ja nämä, niin niistä ollaan aina välillä tilattu, kun siellä on ollut jotain, mikä sopii omaan käyttöön. A

Mä oon siellä Facebookin Kotiruoka-ryhmässä, niin sinne aina välillä jotkut laittaa kuvia, että on tehnyt jämistä jotain piirakkaa tai mitä nyt onkaan tehnyt. Sellaisia, mistä voi saada inspiraatiota, että no aivan. F

Ruokahävikki aiheutti lapsiperheiden vanhemmissa negatiivisia tunteita. Ruoan poisheittäminen ärsytti, inhotti, tuntui pahalta ja se aiheutti myös tunteita epäonnistumisesta. Ruokahävikki aiheutti myös huonoa omaatuntoa, kun ajateltiin jossain muualla nähtävän nälkää. Yhdessä haastattelussa näkyi kuitenkin myös positiivinen tunne ylpeys siitä, että lapsen myötä perheen ruokahävikkiä oltiin saatu selvästi vähennettyä.

Varsinkin liha on mulle sellainen, että sitä ei haluaisi laittaa roskikseen. Jos pitää muutama peruna heittää pois tai pieni muusin loppu, niin se ei tunnu niin pahalta. Mutta liha on ensinnäkin arvokkaampi raaka-aine ja toiseksikin sen tuottamiseen on tarvittu enemmän energiaa, niin se tuntuu pahemmalta heittää pois. E

Kyllä se harmittaa, jos on selkeästi leipä päässyt homehtumaan tai joku kokonainen kukkakaali huononee jääkapissa ja sinne se sit menee. D

Mä oon hirveen ylpeä itsestäni, kun musta lapsen myötä se hävikki on vähentynyt paljon, kun on lisääntynyt se kotona syöminen ja ruokakerrat kotona. C

Perheen arvot ja asenne kuluttamiseen vaikuttivat myös ruokahävikkiin suhtautumiseen. Ympäristöarvojen tärkeys, ruoan arvostaminen ja säästeliäisyyden korostaminen näkyi siinä, että ruokaa ei haluttu heittää roskiin. Myös ruoanlaittoon liittyvillä asenteilla oli yhteyttä ruokahävikin syntymiseen.

Mä en tykkää jos mä rupean soveltamaan jotain päästäni, ja sitte se ei onnistukaa, ja kukaan ei sitä syö. Niin mieluummin tekee niin, että on joku selkeä ohje, jonka perusteella tekee. Ja tuntuu, että aina jos on jotain vähän erilaisia ohjeita, niin niissä pitää laittaa viidestä eri purkista kaks ruokalusikallista jotain juttua, niin sit ne jää tuonne jääkaappiin ja vanhenee, kun ei niitä tuu sit mihinkään muuhun välttämättä käytettyä, kun ei sit jotenkin osaa käyttää. F

Kukaan haastateltavista ei ollut kokeillut suoranaisesti roskisdyykkausta ainaakaan ruoan osalta. Suurin osa ei myöskään voisi kuvitella itse dyykkaavansa ruokaa roskiksesta, erityisesti turvallisuus arvelutti haastateltavia. Roskisdyykkauksen nähtiin kuitenkin olevan hyvä asia, jotta kaikki syömäkelpoinen ruoka tulisi hyödynnetyksi. Kaksi haastateltavista lähtisi itsekkin dyykkaamaan, jos tietäisi lukitsemattomia paikkoja, joista löytyy käyttökelpoista ruokaa. ”Dyykkaus ennen

roskista” nähtiin myös hyvänä asiana, jos jossain työpaikalla tai kaupassa jaetaan ruokaa, joka olisi menossa roskikseen.

Joo siis mähän menisin heti roskisdyykkaamaan, jos joku näyttäisi mulle paikkoja! A

En itse menisi roskiksesta kaivelemaan tavaraa, mutta tiedän kyllä, että se voi olla se viimeinen vaihtoehto, tai jotkut vain tykkää siitä. G

Varmaan sieltä paljo löytyykin semmosta käyttökelpoista ruokaa, mutta kyllä se itseä etoo sen verran, että en kyllä lähtisi roskiksesta kaivelemaan ruokaa. Saa olla aika paha tilanne, ennen kuin lähtisin kaivelemaan. F

6.1.2 Hävikin vähentäminen

Perheiden ruokahävikkiä vähentävänä seikkana nähtiin tuotteiden säilyvyydestä huolehtiminen. Pakastaminen erityisesti leipien kohdalla oli monella haastateltavalla käytössä. Yksi perhe oli siirtynyt tavallisesta maidosta kauramaitoon, joka säilyy avaamattomana pitkään, kun taas tavallinen maito aiheutti silloin tällöin hävikkiä pilaantuessaan nopeasti.

Nykyään mä muussaan höyrytetyt kasvikset, mitä lapsen ruokailusta jää yli, ja teen niistä sosetta ja laitan pakkaseen ja tarjoan sit soseena lapselle myöhemmin. C

Mä pyrin, että ruoat ei olis kauaa lämpimässä. Kun lapsetkin tekee aamulla voileipää, niin mä oon opettanut, että kun ne on tehnyt sen yhden voileivän, niin tarvikkeet heti jääkaappiin. E

Me ollaan koitettu siirtää noita kuiva-aineita lasipurkkeihin, kun edellisessä kodissa ainakin kerran tuli niitä jauhomatoja, ja sit kaikki meni pilalle. A

Tuoreita ja helposti pilaantuvia, mitä ei voi vaikka pakastaa, ostetaan aina vaan se määrä mitä tarvitaan. A

Osa haastateltavista tarkisti yleensä kaupassa tuotteiden päiväysmerkinnät, erityisesti nopeasti pilaantuvista tuotteista. Ruokien syömistä ennen niiden pilaantumista nähtiin edistävän myös kaappien järjestely siten, että nopeammin pilaantuvat sijaitsivat etualalla. Tietoisuus tuotteiden päiväysmerkinnöistä vaikutti myös siihen, milloin suunniteltiin valmistettavaksi mitään ruokaa.

Musta on ihanaa tehdä inventaariota keittiössä, käydä läpi just et mitä siellä on ja katsoo, ettei mikään ehdi mennä vanhaksi. C

Mä koitan vähä ennakoida, esimerkiksi kerran juusto alkoi menemään sen näköiseksi, että kohta se on huono, niin mä raastoin sen pakastimeen ja sitten laitoin sitä myöhemmin lasagnen sekaan. E

Suunnitelmallisuus näyttäytyi vahvana perheiden ruokahävikin syntymisen estäjänä. Se näkyi niin ostosten kuin ruoanvalmistuksenkin suunnitteluna. Lisäksi arjen tilanteiden ennakointi näkyi muun muassa ruokailujen sovittamisena perheen menoihin.

Naapureiden kanssa tehdään niin, että jos lähtee jonnekin reissuun, niin viedään toistemme luo sitä, mikä menisi pahaksi. A

Yritetään tehdä kauppalistoja ja suunnitellaan ruoat etukäteen, ettei ainakaan kauheasti tuu sellaista ylimääräistä ostettua, ettei oo kaikenlaista siellä jääkaapissa, jotka lopuksi heittää pois kun ei tuukaan käytettyä. D

Joskus kun lapset on isällä, niin teen jotain kaalilaatikkoo, mitä mä tiedän, että lapset ei syö, mutta mistä itse tykkää. E

Osa haastateltavista osti mielellään pitkään säilyvää ruokaa varastoon, jotta erilaisten ruokien valmistus on mahdollista ilman tarkkaa suunnittelua, kun taas osa koki varmuuden vuoksi ostettujen tuotteiden helposti unohtuvan kaappien perukoille ja osti yleensä vain sen, mitä tiesi milloinkin tarvitsevansa. Ennakointi ruokaostoksia tehtäessä näkyi myös sopivien pakkauskokojen valitsemisena sekä perheenjäsenten maun ja mieltymysten pohdintana.

Harvoin mä tuon mitään ihan täysin uutta ja erilaista, mistä ei tiedä tykkääkö siitä kukaan. G

En yleensä osta niitä kaikkein isoimpia leikkelepaketteja, vaan ostan niitä pienempiä, jos mä tiedän, että lapsi ei syö sitä samaa, vaan tykkää toisesta leikkeleestä. E

Meillä on niin, että ei useinkaan tuoda varmuuden vuoksi varastoon juttuja, vaan ajatellaan aina että mitä käytetään milloinkin.

G

Perheiden ruokahävikin vähentämispyrkimykseen vaikutti myös jo aiemmin mainitut arvot ja asenteet ruokahävikkiä kohtaan, sekä ruoanlaittoon liittyvät asenteet. Yhdellä perheellä koiran syömä jämäruoka vähensi ruokahävikkiä huomattavasti.

Me ollaan molemmat miehen kans säästeliäitä, ei tykätä ruoan roskiin heittämisestä. F

Perheiden ruokahävikin vähentämistä estäviä asioita löytyi myös jonkin verran. Erityisesti pienempien lasten vanhemmat kokivat lasten ruokahävikin estämisen haastavana, kun pienillä lapsilla lautaselle yleensä aina jää jonkin verran ja varsinkin sormiruokaillessa iso osa ruoasta ei päädy lapsen suuhun asti. Vanhempienkin lasten syöminen nähtiin ajoittain arvaamattomana.

Toi lapsen syöminen nyt on vähä mitä on. Välillä tuntuu, että saa heittää isot määrät sit roskiin, kun se haukkaa kerran leivästä, ja sit ei enää maistukaan. D

Tietysti haluaisi, ettei tarvis heittää mitään pois, mutta lapsen myötä suhtautuu asiaan ehkä vähän leppsummin. Vähän vaikea olla silleen, ettei mitään menis lapsen kanssa. D

Ruoanvalmistuksessa määrien arvioinnin haastavuus näyttäytyi ruokahävikkiä aiheuttavana tekijänä. Erityisesti pastan ja riisin määrän arviointi nähtiin haastavana ja salaatin menekin nähtiin usein vaihtelevan paljon. Myös vieraiden saapuesssa ruokamäärien arviointi koettiin vaikeana, kun heidän ruokailutottumuksiaan ei tunne toisin kuin oman perheen. Teini-ikäisten vanhemmalla haastetta määrien arvioinnissa aiheutti myös se, että aina ei ollut etukäteen tietoa, moniko on kotona ruoka-aikaan.

Jos tulee vieraita, varsinkin lapsivieraita, niin on vaikea arvioida, paljonko ne syö. Omat lapset nyt suunnilleen tuntee et mitä ne syö ja kuinka paljo. B

Mä oon hirveen huono arvioimaan pastan määrää, vaikka mä tiedän periaatteessa, et desi per henkilö. Mut musta tuntuu, et sitä jää aina yli. Tai riisi! C

Suunnittelu nähtiin ruokahävikkiä estävänä tekijänä, mutta sen puute vaikutti taas hävikkiä lisäävänä seikkana. Kaikille haastateltavilla ei ollut tapana suunnitella, mitä ruokia ostoksista valmistetaan ja joskus myös ostoslistan kotiin unohtuminen aiheutti suunnittelemattomia ostoksia. Perheen molempien vanhempien huolehtiessa ruoanlaitosta ruokatalouden suunnittelu aiheutti haasteita, kun molemmat tekivät suunnitelmia omalta osaltaan, mutta eivät välttämättä kommunikoineet suunnitelmista keskenään.

Itse saattaa ajatella, että huomenna tämä kannattais käyttää täältä pois, ja sitte seuraavana päivänä mies on kotona ja se ei oo välttämättä huomannutkaan käyttää sitä pois. F

Pitäis kyllä suunnitella niitä ruokia vähän tarkemmin. Nyt kun menee kauppaan, ei oo välttämättä mitään ajatusta, että mitä tehdään ensi viikolla ruoaksi. Sitä vain menee sinne ja ottaa sen jauhelihapaketin ja kanapaketin ja perunapussin... F

Yleisellä tasolla hävikkiä estävänä tekona nousi yhdessä haastattelussa esiin kasvispainotteinen syöminen, hävikkiruoan ostaminen erilaisilta hävikkiruokaa myyviltä toimijoilta sekä parasta ennen- tai viimeinen käyttöpäivämäärä –merkin-
töjä lähestyvien alennustuotteiden ostaminen. Kasvispainotteisen syömisen nähtiin vähentävän ruokahävikkiä tuotantoketjussa ja aletuotteiden ostaminen taas kaupoissa syntyvää ruokahävikkiä. He myös kokivat ruokahävikin estämisen pakkausmateriaalin vähentämistä tärkeämpänä.

Lihantuotannossa tulee aika paljon enemmän kaikella eri tasolla hävikkiä, niin kun me syödään kasvispainotteisesti, niin sitä ei tuu niin paljon vaikka tuotannossa. Ja jos me syötäis lihaa, niin haluais, että siitä eläimestä käytetään kaikki osat, eikä vaan niitä parhaita paloja. A

Kaupasta ostetaan niitä miinus kolkytprossasia, että vaikka olis joku samanhintainen tai edullisempi joku vastaava tuote, niin sit jos se näyttää ihan ookoolta, niin sit me ostetaan niitä, jotka on menossa vanhaksi. A

Kauppojen ja ravintoloiden sekä erityisesti koulujen ja päiväkotien ruokaloiden hävikkiruoan jakelun toivottiin tehostuvan tulevaisuudessa. Sen toivottiin menevän erityisesti huonompiosaisille. Perhepiirissä tai naapuruston kesken ruokahävikin jakamisesta haastateltavilla oli joitakin kokemuksia.

Me jaetaan omenoita tutuille ja tuntemattomille, kun pihassa kasvaa monta omenapuuta. A

Mun mielestä enemmänkin vois olla just esim. asunnottomille vaikka semmonen ruokapiste, mistä vois käydä hakemassa kauppojen ja koulujen ja päiväkotien ylijäämäruokaa. C

Tuossa prismassa on näitä toisenlainen tomaatti ja käyriä kurkkuja, niin mun mielestä se on ihan hyvä konsepti, et niitä myydään halvemmalla. B

Kaikki haastateltavat olivat sitä mieltä, että jokaisen yksilön sekä erilaisten organisaatioiden tulisi pyrkiä ruokahävikin vähentämiseen. Lasten asenteiden ruokahävikkiä kohtaan nähtiin tulevan vahvasti kotoa, mutta myös mediassa näkyvillä kampanjoilla ja erityisesti aiheesta puhuttaessa koulussa, nähtiin lasten kiinnittävän asiaan huomiota. Yksi haastateltavista totesi haastattelun lopussa, että hän tuli haastattelun aikana miettineeksi hävikkiasioita jälleen hieman eri tavalla ja laajemmastakin näkökulmasta.

Joskus tulee tietysti lasten kautta koulusta, että se on hyvä että ne siellä vähä erilailla kiinnittää huomiota. Kotona jos hävikistä sanoo, niin vastataan vain joojoo. Koulun kautta se menee vähän erilailla jakeluun. G

6.1.3 Syitä hävikin vähentämiseen

Isoimpana syynä hävikin vähentämiselle nähtiin ympäristö. Hävikin koettiin aiheuttavan turhia päästöjä ja turhaa roskaa sekä hävikkiin päätyvän ruoan tuotantoon käytetyn energian, luonnonvarojen ja muiden resurssien nähtiin kulu-neen turhaan. Hävikin koettiin vaikuttavan erityisesti ilmastoon. Haastatteluissa nousi esiin myös se, että ruokahävikin päätyessä kompostiin se ei ole niin huono asia, kun se käytetään kuitenkin jollain tavalla hyväksi.

Meillehän ympäristöarvot on tosi tärkeitä, niin ruokahävikin vähentäminen on yks keskeisimpiä kysymyksiä. A

On turha tuottaa raaka-aineita roskikseen, se on turhaa luonnonvarojen tuhlausta. E

Tulee roskaa paljon, se on taas sitte ongelma, että miten ne hävitetään. F

Haastateltavien mielestä hävikkiä pitäisi myös vähentää sen vuoksi, että jossain muualla vallitsee nälänhätä, ja ruoan pitäisi riittää maailmanlaajuisesti. Ruoan epätasainen jakaantuminen nähtiin ongelmallisena, kun meillä on varaa tuhjata ruokaa ja toisaalla nähdään nälkää.

Tuntuu aika väärältä, että jos maailmalla nähdään nälkää ja sit samalla menee ruokaa roskiin, niin on se vähä kyseenalainen asia. D

Erityisesti oman perheen näkökulmasta hävikin vähentämisen syynä nähtiin raha. Tämä nousi vahvasti esiin varsinkin niillä, jotka mainitsivat rahan vaikuttavan ruokaostoksiin ja kulutuskäyttäytymiseen. Rahan nähtiin kuluneen turhaan, jos ruoka päättyi hävikkiin. Ruoan arvostus ja omat arvot nähtiin myös syynä ruokahävikin vähentämiselle.

Ruokaa pitää arvostaa, se on niin vastoin niitä omia periaatteita, jos joutuu laittaa sitä pois. E

6.2 Arjen valintojen vaikutus ruokahävikkiin

Arjen valintojen vaikutus ruokahävikkiin jakautui kolmeen teemaan. Ruokahävikin syntymiseen tai syntymättömyyteen perheissä vaikuttivat arjen valinnat liittyen ruoanlaittoon, ruokailutottumuksiin, kulutukseen sekä erilaiset kuluttajatyyppit. Perheiden ruokahävikkiin liittyy hävikkiin päätyvä ruoka sekä hävikin määrä. Hävikkiin menneisyydessä ja tulevaisuudessa liittyy perheen hävikki aiemmin, hävikkiin liittyvät oivallukset, perheen hävikki tulevaisuudessa sekä ruokahävikki tulevaisuudessa laajemmassa näkökulmassa.

6.2.1 Syyt ruokahävikin syntymiseen ja syntymättömyyteen

Ruoanvalmistukseen liittyvistä arjen valinnoista kaikilla haastateltavilla nousi esiin ruoan valmistaminen siten, että sitä tehtiin kerrallaan isompi satsi, jota sitten syötiin useampana päivänä. Tällöin ylijäämäruoka ei jää syömättä, vaan se syödään seuraavana päivänä. Seuraavana päivänä ruokaa lämmitettäessä sitä pyritään lämmittämään vain tarvittava määrä, jolloin ruokahävikkiä ei synny. Joskus, kun ruokaa jää vain pieniä määriä, tulee se kuitenkin heitettyä roskeen, joskin yhdessä haastattelussa taas nousi esiin sen olevan hyväkin asia, jos ruokaa jää pieni määrä. Tällöin perheenjäsenistä se, joka piti tästä ruoasta enemmän, voi syödä sitä seuraavana päivänä muiden syödessä sinä päivänä valmistettua ruokaa.

Me välillä tehdään niin, että joku syö edellisen päivän ruokaa ja muut syö uutta ruokaa. Useimmiten löytyy joku vapaaehtoinen, joka tykkäs enemmän siitä edellisen päivän ruoasta. A

Jos meillä jää yks annos jotain ruokaa, se laitetaan jääkaappiin, ja kun seuraavana päivänä siitä ei riitä kaikille, niin tehdään

uusi ruoka ja syödään siitä. Muutaman päivän päästä sit huomataan, että ai niin, täällä oli tämä. Ärsyttää kyllä siinä vaiheessa, kun se täytyy laittaa roskikseen. F

Lämmitellään aina lautasella sen verran kun syödään ja sitten seuraavalla kerralla jos jää, niin sit taas se määrä mitä syödään. D

Ruokien jatkojalostaminen ja tuotteiden loppuun asti käyttäminen näyttäytyi myös ruokahävikkiä ehkäisevänä tekijänä. Tuotteiden loppuun asti käyttämiseen oli erilaisia keinoja, kuten jogurttipurkin litistäminen ja sinappipurkin auki leikkaaminen, sekä se, että uutta pakettia ei avattu ennen vanhan loppuun asti syömistä.

Noista öljysäilykkeistä me koitetaan käyttää aina sen koko jutun, vaikka se pääasia olis vaikka jotkut fetapalat, niin käytetään myös se öljy jonnekin salaattikastikkeeseen tai paistamiseen vaikka. A

Jos tekee vaikka pastakastiketta, johon laittaa tomaattimurskan, niin sit laittaa pikkasen vettä sinne, niin saa vielä ne kaikki jämätkin sieltä käytettyä. A

Hyvin paljon asioita voi upottaa vaikka sämpylöihin, kuten sosekeitot ja jotkut raasteen loput tai puurot, tai just että erilailla pystyy hyödyntämään erilaisia juttuja. Kaurapuurosta voi tehdä vohveleita lapselle ja jotain tämmösiä jatkojalostuskeinoja. D

Jo hävikin vähentämisessä ilmi tulleet haasteet ruokamäärien arvioinnissa ja perheen arjen ennakoimattomat tilanteet nousivat syiksi ruokahävikin syntymiselle. Kaikkien haastateltavien perheissä ruokaa valmistettiin monesti enemmän kuin yhden kerran tarpeiksi, mutta jos ruokaa jäikin vain vähän, tuli viimeiset jämät yleensä heitettyä roskiin. Ruoanlaiton suhteen hävikin syntymistä pyrittiin estämään maustamalla ruokia siten, että ne maistuvat lapsillekin sekä hyödyntämällä kaapeista löytyviä jämiä ja purkkien loppuja ruoanlaitossa. Ruoanvalmistuksessa pyrittiin huomioimaan kaapeista löytyvien tuotteiden päivämäärät ja suunnittelemaan tuotteiden käyttö päiväyksien mukaisessa järjestyksessä.

Musta on tärkeätä, että ruokaa laittaessa ei laita mitään semmosia voimakkaita mausteita, valkosipulia tai muuta, ainakaan paljoa. Aikuiset voi sitten lisätä niitä omalle lautaselleen. B

Salaattia syödään meillä yleensä aika huonosti, että sitä valmistaa helposti liikaa, ja sitä ei koira taas syö. G

Hävikin syntymiseen vaikutti myös se, että joskus joku raaka-aine tai valmistettu ruoka unohtui jääkaappiin ja ehti pilaantua. Unohtumiseen vaikutti myös arjen ennakoimattomat tilanteet, joiden johdosta ruoanvalmistuksen suunnitelmat menivät uusiksi. Tuoretuotteiden lisäksi joskus vanhentumaan ehti myös jokin sellainen tuote, jolla on pitkä säilyvyysaika, eikä sen päiväystä ollut sen takia tullut pitkään aikaan tarkastettua. Joskus ruoka saattoi unohtua lämpimään, kun lämmintä ruokaa ei voinut heti ruokailun jälkeen laittaa jääkaappiin, tai jos lapset olivatkin unohtaneet aamulla aamupalan ainekset pöydälle.

*Jääkaapin perukoilta löytyy joskus joku huonontunut kasvis,
josta on käytetty puolet, ja sit se on unohtunu sinne. D*

*Meidän jääkaappi on niin pieni, että pitää aina pelata tetristä,
että saa kaiken mahtumaan, niin senkin takia monesti unohtuu
jotkut purkin jämät pitkäksi aikaa. C*

*Joskus edellisenä päivänä tehtyä ruokaa ei huomaa jää-
kaapissa, varsinkin jos sitä ruokaa ei ole itse tehnyt. Sitten jos
tehdään uusi ruoka, niin ei ole kiva lämmittää mikrossa vanhaa,
kun toiset syö sitä tuoretta ruokaa, jota on tehty isompi annos.*

F

Perheenjäsenten ruokailutottumusten tunteminen vaikutti myös ruokahävikin syntymisen estämiseen. Haastateltavat kertoivat laittavansa lapsille ensin vain pienet annokset, erityisesti jos ei ollut varmuutta miten kyseinen ruoka maistuu lapselle. Osa haastateltavista kertoi valmistavansa yleensä aina tuttuja ruokia, joista tiesi myös lasten pitävän, kun taas osa näki tottumisen erilaisiin ruokiin ja lasten maun monipuolisuuden kehittämisen estävän ruokahävikkiä pidemmällä aikavälillä ja erityisesti lasten syödessä muualla kuin kotona.

*Mä teen sellaisia ruokia silloin kun lapset on kotona, että mä
yleensä tiedän, että maistuuko se niille vai ei. Tuntuu, että heti
jos tekee vähä uutta muunnosta ruoasta, tai maustaa erilailla,
niin ne ei sitte syö. E*

*Me koitetaan totuttaa lapsia moniin makuihin, kun nehän syö
muuallakin kuin vaan kotona. Et jos ne on tottunu, että syö
vaikka tasan kahta ruokaa, mitkä on maustettu tietyllä tavalla,
niin sithän niillä tulee sitä ruokahävikkiä aika paljo sit muualla
kuin kotona ja myöhemminkin elämässä. A*

Osa haastateltavista kertoi itsensä tai puolisonsa syövän lasten jämäruokia tai mahdollisesti myös pilaantumisen rajoilla olevia ruokia. Osa haastateltavista myös näki tärkeänä opettaa myös lapsille, että pienet ulkonäkövirheet tai esimerkiksi hedelmien ja vihannesten kohdalla pehmeys tai nahkeus ei tarkoita, että ruoka olisi syömäkelvotonta, vaan ruokaa arvostetaan niin paljon, että se voidaan syödä pienistä virheistä huolimatta.

Mieshän on meillä lasten ruokajämien loppusyöjä. A

Varsinkin pienempien lasten ruokailussa nähtiin lähes aina syntyvän lautastähdetä, jota toki syntyi usein myös vanhemmilla lapsilla, heidän ottaessa ruokaa liikaa tai ollessa epävarmoja sen maistuvuudesta.

Pienemmän lapsen lautasella hävikkiä syntyy lähes joka aterialla, kun ei oikein tiedä, kuinka sille maistuu. F

Lasten lautasille jää rippeitä, vaikka ne ajattelee syövänsä lautasen tyhjäksi asti, mutta eivät jaksa kaapia loppuun asti. B

Kulutukseen liittyvistä arjen valinnoista moni liittyi suunnitteluun. Haastateltavat tekivät pääsääntöisesti ostoslistaa, joskin sen tarkkuus vaihteli. Osa merkitsi listaan vain harvemmin ostettavat tuotteet aina niiden loppuessa muiden ostosten mennessä rutiinilla tai fiiliksen mukaan, kun taas osa vastaajista suunnitteli tarkemmin mitä ruokaa aikovat valmistaa tehden ostoslistan sen mukaan. Parissa haastattelussa mainittu ruokien tilaaminen netin kautta nähtiin vähentävän heräteostoksia, joskaan haastateltavat eivät sitä itse juurikaan tehneet.

Mulla on aina tuossa jääkaapin ovessa joku kirjekuoren reuna, johon mä kirjoitan aina jos on joku pesuaine loppu tai muuta. Mä en siis kirjoita, että maitoa ja leipää, ne nyt on aina pakko ostaa joka kerta, mutta ne, mitä mä nyt en joka viikko sieltä kaupasta osta. F

Suunnitellaan mitä ruokaa valmistetaan ja tehdään ostoslista yleensä Prisman foodie-sovellukseen, josta näkee etukäteen senkin, paljonko rahaa menee ostoksiin. Ennen kauppaan lähtöä katsotaan vielä kaapit läpi, mitä muuta puuttuu. D

Suurin osa haastateltavista koki, että mitä useammin kaupassa käydään, sitä enemmän mukaan tarttuu ”turhia” ja ylimääräisiä ostoksia. Sama päti väsyneenä

kauppaan menemisessä. Osa haastateltavista oli sitä mieltä, että yksin kaupassa käydessä oli helpompi pitäytyä suunnitelluissa ostoksissa, mutta koko perheen voimin tai lasten kanssa ostoksia tehdessä ostoskärryyn ilmestyi enemmän kaikkea suunnittelematonta. Yksi haastateltavista oli myös tehnyt huomion, että jotkut perheet ostavat todella paljon ruokaa juhlapyhiksi, ja epäili osan siitä päätyvän hävikiksi, kun ei juhla-aikaan kuitenkaan jaksa syödä paljon normaalia enemmän. Muutoinkin ostettaviin määriin ja pakkauskokoihin huomion kiinnittämisen nähtiin vaikuttavan ruokahävikkiä ehkäisevästi.

Miettii et mitä laittaa ruoaksi ja mitä sieltä kaupasta ostaa, et ei vaan kaupassa lado kärryä täyteen kaikkea mahdollista, ja sit kotona onki silleen no, tuleekohan tätä ikinä käytettyä mihinkään, tai oho, mulla olikin jo viis riisipakettia täällä. D

Moni haastateltavista määritteli omaa kuluttajuuttaan järkevyyden ja harkitsevuuden kautta. Harkintaan osalla vaikutti vahvasti hinta ja osalla taas enemmänkin laadukkuus tai ympäristöön liittyvät arvot. Myös fiilispohjaisuus ja tunneperustaiset valinnat nousivat esiin. Yksi haastateltavista koki kuluttavansa aina sen verran, minkä verran kukkarosta löytyi rahaa.

Oon aika harkitseva kuluttaja. Kyllä mä nyt kulutan ja ostan ja näin, mut ajattelen että aika harkitsevasti kuitenkin. Että en ostele turhia. F

Fiilispohjainen! haluaisin vastata olevani järkevä, mut oon tunneihminen myös tässä. Lapsen myötä oon kyllä järkevöitynyt ja tullut mukaan suunnitelmallisuutta paljo, kun on ollu pakko. C

Moni haastateltavista kertoi ostavansa harvoin muuta kuin ruokaa. Osalla tämä liittyi suurelta osin rahatilanteeseen, ja toisilla taas vahvemmin harkitsevuuteen ja ympäristöarvoihin. Osa haastateltavista tekikin ostopäätöksiä vahvasti hinnan perusteella, ja osalle taas laatu, maku tai mielihalut olivat vahvasti määrittäviä tekijöitä. Kaikilla haastateltavilla ainakin osa tuotteista valikoitui rutiinilla, tietyt hyväksi havaitut perustuotteet tuli valittua aina. Osalla haastateltavista myös markkinointi ja uutuudet sekä kokeilunhalu vaikuttivat kulutukseen, osalla taas ostokset koostuivat hyvin pitkälle pelkästään tutuista, hyväksi havaituista tuotteista.

Tällä hetkellä mennään aika halvimman kautta, olosuhteiden pakosta, vaikka haluaisin suosia luomua ja kotimaista jne. D

Vaikka ostoslistassa ei olisi kuin pari asiaa, mutta jos mä oon mukana, niin aina lähtee mukaan monta kassia, erityisesti kaikkea sellaista, mitä tekee mieli. C

Tykkään, että vaatteet ja esineet olis kestäviä, ja ruoassakin laatu on tärkeää. Laatu ja maku merkkää ruokaostoksia paljon. E

Kuluttamiseen liittyvissä arvoissa kaikilla haastateltavilla nousi esiin ainakin jollain tasolla kotimaisuuden suosiminen. Myös ekologisuus, kestävä kulutus ja eettisyys nousi esiin, kahdella haastateltavalla hyvinkin vahvasti. Osa haastateltavista haluaisi tehdä valintoja enemmänkin omien ekologisten arvojen mukaan, mutta käytännön kulutusta määrittelee enemmän raha kuin omat arvot.

Aina mieluummin ostan kotimaista, erityisesti kasvikset ja vihannekset. Luomua en osta, kun se on kallista, mutta jos raha ei vaikuttaisi, niin mieluummin ostaisin luomua. F

Käytetään vapaan kanan munia, joskus ostetaan sitä onnellisten lehmien jogurtia. Kuitenkin meille eläinten oikeuksien sijaan kokonaisvaltainen ympäristön hyvinvointi on tärkeämpää.

B

Monella nousi esiin myös laadun ja kestävyuden arvostaminen. Lisäksi terveellisyden nähtiin vaikuttavan ruokaostoksiin vahvasti. Varsinkin lapselle haluttiin tarjota terveellistä ja monipuolista ruokaa. Ruokavalinnat tasapainoivat aika pitkälti hinnan, terveellisuuden, maun ja ekologisuuden välillä, haastateltavien painottaessa näitä eri tavoilla.

Välillä syödään herkkujakin, mutta koitetaan, että se peruseruoka olis terveellistä. A

Terveellisyys vaikuttaa sillä lailla, ettei kauheasti tois mitään ylimääristä. Mieluummin tummaa leipää, riisistä ja pastasta maun takia vaaleata ja kun niitä syö harvemmin. Mutta aina olis ajatuksena, että on salaattia aterialla ja kasviksia ja hedelmiä aina tarjolla. G

6.2.2 Perheiden ruokahävikki

Kaikki haastateltavat kokivat, että heidän perheensä ruokahävikin määrä ei ole kovin iso, tai se voisi ainakin olla paljon isompikin. Erityisesti pienten lasten vanhemmat kokivat, että lasten ruokailussa syntyy aina välttämättä jonkin verran hävikkiä, ja sen nähtiinkin vaikuttavan perheen ruokahävikin määrään vahvasti. Pik-

kulasten ruokailusta syntyvän hävikin lisäksi päivittäistä hävikkiä ei haastateltavilta juurikaan syntynyt, vaan hävikkiä syntyi satunnaisesti, joskus enemmän ja joskus vähemmän.

Lapselta tulee melkein joka ruokailusta vähän, ehkä noin kaks desiä per päivä. Päivittäin meille ei tuu muuten hävikkiä yleensä. Mutta viikoittain jotain, ei sitä paljon onneksi nykyään tuu, et ei voi sanoo et sitä heitettäis ruokaa ros kiin. C

Mä luulisin, että kohtuullisen vähän. Että joillakin voi mennä kyllä enemmänkin, Tietysti aina parempi olis kun ei menisi yhtään, mutta mä en taas voi ajatella niin, että mun täytyis kaikki syödä, ettei vaan mitään mene roskikseen, että jos mulla on jo maha täynnä, niin en mä sitte syö niitä perunoita. E

Kaikilla haastateltavilla päättyi hävikkiin jonkin verran valmistettua ruokaa, erityisesti lisäkkeitä, kuten pastaa, riisiä, perunaa ja salaattia. Tätä jäi niin lautastahteenä kuin ylijäämäruokanakin ja osa haastateltavista koki varsinkin lisäkkeiden määrän arvioinnin haastavaksi. Myös leivän viimeiset viipaleet saattoivat monilla perheillä ehtiä kuivettumaan ja päätyivät näin hävikkiin. Samaten vihannekset ja hedelmät saattoivat useilla perheillä ehtiä mennä huonoksi ennen niiden käyttöä.

Mies on vähä sellainen, et kun alkaa olemaan viimeset palat leipäpaketista, niin se alkaa jo siinä vaiheessa ottaa uuden sulamaan pakastimesta ja heti avaa, vaikka siellä on vielä ne muutama pala siellä vanhassa pussissa, ja sit ne jää sinne. D

Jotkin erikoisemmat raaka-aineet, joita käytetään harvoin, saattoivat myös silloin tällöin päätyä hävikkiin. Pitkän säilymisajan omaavista tuotteista syntyi myös ajoittain hävikkiä, jos kaappien sisältöä ei ollut tullut pitkään aikaan inventoitua. Sen sijaan arvokkaita raaka-aineita, kuten lihaa ja kalaa harvoin päättyi hävikkiin, vaan niiden käyttämisestä säilymisajan puitteissa pidettiin hyvä huoli.

Lasipurkissa olevia juttuja huomaa, et niitä jää, esim. aurinkokuivatut tomaatit. En mä niissäkään sitä päivämäärää niin tarkasti kato, kun avattunahan ne säilyy vaan muutaman päivän, mut et onko se ihan homeessa. Mutta ne on tosi ärsyttäviä, et jos on joku ruoka, mihin sä haluut ostaa sitä, niin pitäis muistaa aina sit käyttää loppuun. C

6.2.3 Ruokahävikki menneisyydessä ja tulevaisuudessa

Perheiden ruokahävikin määrässä ja koostumuksessa näkyivät muutokset erityisesti lasten kasvamisen myötä. Vasta syömään opettelevilla lapsilla ruokahävikkiä nähtiin tulleen enemmän, mutta toisaalta ruokamäärätkin olivat silloin pieniä. Kasvaessa ainakin osa lapsista oli tullut myös valikoivammiksi ruoan suhteen, jolloin hävikki taas lisääntyi.

Kun lapset oli pienempiä, ne söi monipuolisemmin kaikkea, että silloin oli vähemmän hävikkiä. Nyt ehkä sitä on alkanut tuomaan vaihtoehtoja enemmän, että tavallaan mahdollistaa sen, että hävikkiä voi myös tulla enemmän. Mutta kyllä mä luulen, että siinä vaiheessa kun oli kaikki lapset aina kotona, mutta ne oli vähä suurempia, jottei aiva pieniä enää, niin siinä varmaan eniten on tullu hävikkiä. G

Ennen lasten saamista joillakin perheillä hävikkiä oli tullut vähemmän, ja lapsen myötä hävikkiin suhtauduttiin myös armollisemmin ja sen nähtiin olevan välttämätön osa lapsen ruokailua. Toisilla taas lapsen myötä ruokailujen ja ostosten suunnitelmallisuuden nähtiin lisääntyneen, jolloin hävikin määrä oli taas pienentynyt. Osa haastateltavista koki hävikin määrän pysyneen aikalailla samana aina, koostumus vain hieman vaihteli erilaisissa tilanteissa.

Tuntuu että se on nyt lisääntynyt se hävikki tavallaan lapsen myötä, kun vauva-aikanakin se oli sellaista sotkemista se syöminen. Mut sit toisaalta kuitenkin lapsen myötä nyt enemmän miettii, että mitä syödään ja paljonko kaikkea ostetaan, että silloin kun oltiin kahdestaan, niin ei niin tarkkaan mitään viikon ruokalistoja mietitty ja sit tuli ehkä enemmän semmosia hutios-toksia. Että oisko se sit kuitenkin tavallaan pysynyt samana sillä lailla kun ajattelee kokonaisuutta. D

Arjen tilanteiden vaihtelu näkyi jonkin verran ruokahävikin määrässä perheiden aikajanalla. Jollakulla edellisen asunnon vähäiset säilytysmahdollisuudet aiheuttivat nopeampaa pilaantumista ja jollain toisella taas raskausaikana tuli runsaasti hävikkiä pahoinvoinnin vuoksi.

Ja nyt ehkä huomaa sen, että on silleen kiireisempää se arki, kun molemmat on töis, että joskus suunnittelin tarkemmin mitä ruokaa tehdään, nyt mä en oo suunnitellu, niin sekin ehkä jonkin verran siinä vaikuttaa. F

Perheiden oivalluksista ja oppimisista ruokahävikkiin liittyen moni liittyy jollain tavalla lapsiin. Lapset ovat muun muassa oppineet ottamaan ensin vain pienen annoksen, jos ruoan maistuvuudesta ei ole ollut varmuutta, lapset ovat oppineet syömään ruokia, jotka eivät ole ulkoisesti täydellisiä ja lapset ovat oppineet, ettei kerralla voi leipoa montaa erilaista leipomusta, kun niitä ei ehdittäisi syödä. Lasten myötä monella perheellä on myös lisääntynyt suunnitelmallisuus. Perheestä saadun esimerkin myötä lasten toivotaan oppineen myös arvostuksen ruokaa kohtaan ja sellaisen asenteen, että he aikuisenakin kiinnittäisivät ruokahävikki-asioihin huomiota.

Lapsilla on ollut sellainen vaihe, että esim. hedelmien pitäis näyttää tietynlaiselta, mutta pikkuhiljaa ne on tajunnut, että vaikka se ei näytä ”oppikirjaomenalta”, niin se on ihan hyvä ja syötävä A

Haastateltavat kokivat olleensa aina tietoisia ruokahävikistä ja pyrkineensä sen ehkäisyyn, mutta pienempiä oivalluksia ruokahävikkiin liittyen he olivat tehneet erityisesti ruokien jatkojalostuksen suhteen. Osa haastateltavista kertoi kiinnittäneensä tarkempaa huomiota jämien jatkojalostukseen lapsen saannin myötä. Jä-märuokien lisäksi myös ruoanvalmistuksessa syntyvien sivutuotteiden jatkojalostukseen oli kiinnitetty huomiota. Joitain oivalluksia ja kompromisseja oli tehty myös sovitettaessa yhteen perheen vanhempien tapoja ja suhtautumista ruokahävikkiin liittyen.

Mehulingolla kun tehdään omenamehua, hyödynnetään usein myös siitä syntyvä puru hilloon. B

Sitrushedelmien kuoret käytetään sytykkeenä, kun ne kuivaa. A

Haastateltavat uskoivat perheidensä ruokahävikkitilanteen pysyvän melko samanlaisena myös jatkossa, joskin pienten lasten vanhemmat uskoivat lapsen ruokailusta johtuvan hävikin vähenevän lapsen kasvaessa. Lapsille haluttiin opettaa erityisesti ruoan arvostamista, ja lapsen toivottiin kykenevän arvioimaan itse, paljonko hän jaksaa ja haluaa syödä.

Mä uskon, että aika samalla linjalla mennään. Mä en tiedä voiko sitä paljo enää vähentää, että jos sitä alkaa vielä enemmän korostamaan, niin se voi olla, että se alkaa hallitsemaan liikaa sitä ruoanlaiton ajatusta. E

Yksi haastateltavista toivoi miehensä tulevaisuudessa oppivan arvioimaan ruokien syömäkelpoisuutta paremmin aistinvaraisesti, eikä vain luottavan päiväysmerkintöihin. Toinen taas uskoi suunnitelmallisuuden ruoanlaiton suhteen lisääntyvän hänen jäädessään pian äitiyslomalle, jolloin vastuu ruoanlaitosta siirtyy vahvemmin vain hänen osakseen. Yhdessä haastattelussa tuli esiin dyykkauksen ja hävikkilounassovellusten kokeileminen tulevaisuudessa, sekä puutarhassa kasvavien omenoiden jakelun tehostaminen. Haastatteluissa nousi esiin myös mahdollisesti hankittavien kotieläinten vaikutus ruokahävikkiin, jos niille voisi tarjota tähteitä.

Ehkä me hommataan kanoja joskus, niin sit niille voi antaa niitä vielä vikoja tähteitä. A

Yleisesti ruokahävikin tilanteeseen tulevaisuudessa suhtauduttiin melko positiivisesti. Haastateltavat kokivat ruokahävikin olevan tällä hetkellä niin vahvasti esillä monen eri toimijan näkökulmasta, ja asenneilmapiirin nähtiin olevan suotuisa hävikin vähentämiseen niin kotitalouksissa, kaupoissa, ravintoloissa kuin muillakin osa-alueilla. Osalla haastateltavista oli kuitenkin pessimistinen näkemys hävikin vähenemiseen. He kokivat, että vaikka ympäristönäkökulmiin kiinnitetään aiempaa enemmän huomiota, aina löytyy ihmisiä, joita asia ei vain kiinnosta ja hävikin kontrollointi on haastavaa.

Voisin ajatella, kun kuitenkin niin paljon asiasta puhutaan ja on kaikkennäköistä kampanjaa, ja sitä pidetään paljon esillä sitä asiaa, niin ei se varmaan ainakaan huonompaan suuntaan oo menossa. G

Esiin nousi vaihtoehtoiset tavat jakaa hävikkiin menevää ruokaa erilaisissa palveluissa ja järjestelmissä. Erityisesti digitaaliset ratkaisut nähtiin lisääntyvän. Toisaalta lainsäädännön nähtiin olevan esteenä esimerkiksi kauppojen hävikkituotteiden lahjoitukselle tai eteenpäin myynnille. Yhdessä haastattelussa tuli esiin myös ruokien valmistuksessa syntyvän hävikin hyödyntäminen, kuten uppopaistamisen rasvojen käyttö energiantuotannossa. Osa haastateltavista koki, että hävikkiin on helpompi tarttua ravintoloissa ja kaupoissa, joissa he arvelivat hävikkiä tulevan määrällisesti enemmän. Ruokapalvelualalla työskentelevä haastateltava taas koki hävikkiin puuttumisen helpommaksi kotitalouksissa, joissa ruoan mene-kin arvioiminen on yksinkertaisempaa.

*Mut kyl mä luulen että laajemmin ajateltuna, siihen on selkeesti eri toimijat kiinnittänyt enemmän huomiota. Ne haluaa tehdä bisnestä sillä, mikä sinänsä on ihan jees, jos se toimii kokonaisuu-
den hyväksi, eikä oo pelkkää rahastusta. B*

Yhdessä haastattelussa kauppojen hävikin ehkäisemisen keinoksi ehdotettiin valikoiman supistamista. Irtomyynnin lisääntymisen ajateltiin myös ehkäisevän pakkauskoista johtuvaa ruokahävikkiä. Myös kulutuskulttuurin hillitsemisen nähtiin vaikuttavan ruokahävikin määrään.

Musta se vois olla ihan hyvä, että kaupoissa ei olisi niin hirveesti sitä valikoimaa, eihän siinä oo mitään järkeä, et on joku 50 erilaista jogurttia, että kyllähän siinä sit tulee sitä hävikkiä. Varsinkin just tuollaisissa pilaantuvissa, joilla ei oo hirveen pitkä se säilymisaika. En mä tiedä, tuleeko se muuttumaan, mut kyl se mun mielestä on aika järjetöntä, et se on niin valtava se määrä, ja sit ne on kuitenkin melkein samanlaisia. A

6.3 Yhteenveto ja johtopäätökset

Haastateltavien näkemys ruokahävikistä oli melko hyvin linjassa luvussa 3 esittämäni määritelmän kanssa. Esiin nousi kuitenkin myös koiralle menevä jämäruoka, jota ei mielletty hävikiksi sekä ruoanvalmistuksen prosesseissa syntyvä hävikki.

Ruoan syömäkelpoisuuden ja syötävien osien määrittely kuitenkin vaihteli eri perheillä. Jotkut käyttivät kasviksista myös kuoret mahdollisuuksien mukaan toisten laskiessa ne hävikiksi. Osa myös luotti omiin kykyihinsä arvioida ruokia aistinvaraisesti päivämäärästä huolimatta, ja osalla taas päiväysmerkintöihin luotettiin omia aisteja enemmän. Myös aiemmissa tutkimuksissa kuluttajien on huomattu suhtautuvan päiväysmerkintöihin vaihtelevasti (Silvennoinen, ym., 2013, ss. 3, 22) ja päiväyksien tarkan noudattamisen (Cox & Downing, 2007, s. 2) sekä sen, että aistinvaraiseen arviointiin ei luoteta (Koivupuro ym., 2012, s. 189), on huomattu aiheuttavan hävikkiä. Haastateltavat eivät tuoneet suoraan ilmi suhtautuvansa eri tavalla parasta ennen- ja viimeinen käyttöpäivämäärämerkintöihin, mutta moni toi ilmi olevansa tarkempi päiväyksen kanssa erityisesti lihan ja kalan ollessa kyseessä ja kuivatuotteiden päivämäärästä ei taas oltu niin tarkkoja.

Ruokahävikkiin ja sen minimoimiseen oli kiinnitetty huomiota aina ja osa haastateltavista oli kiinnostunut ruokahävikkiin liittyvistä asioista laajemminkin. Hävikki aiheutti vanhemmissa negatiivisia tunteita ja heillä oli pyrkimys hävikin minimoimiseen. Myös perheen arvot, kuten ruoan arvostaminen, säästeliäisyys ja ympäristöarvot sekä asenne kuluttamiseen ja ruoanlaittoon vaikuttivat ruokahävikkiin suhtautumiseen. Negatiiviset tunteet, pyrkimys ruokahävikin vähentämiseen ja syyllisyys ruoan tuhlaamisesta näkyy myös aiemmissa tutkimuksissa (Hartikainen ym., 2013, s. 27; Abeliotis ym., 2014, s. 238; Williams ym., 2012, s. 146; Parizeau ym., 2012, s. 212).

Ruoan dyykkaukseen haastateltavat suhtautuivat pääasiassa varovaisen myönteisesti, joskaan itse haastateltavista suurin osa ei lähtisi dyykkaamaan. Dyykkauksessa arvelutti erityisesti turvallisuus, mutta kaikki uskoivat roskiksista kyllä löytyvän paljon syömäkelpoistakin ruokaa, ja heidän mielestään olisi hyvä, että se kaikki tulisi hyödynnettyä. Katajajuuri ja Vinnari (2008, s. 155) esittävät dyykkauksen motivaationa muun muassa huolen eri toimijoiden ruoan tuhlaamisesta ja kertakäyttökulttuuri kritisoinnin, ja vaikka nämä asiat haastattelussa tulivatkin esiin, suurin osa haastatelluista ei ollut valmis itse dyykkaamaan.

Perheiden ruokahävikkiä nähtiin vähentävän erityisesti tuotteiden säilyvyydestä huolehtiminen. Jotkut haastateltavista tarkistivat tuotteiden päiväysmerkinnät jo kaupassa ja moni pyrki pitämään huolta siitä, että tuotteet tuli syötyä tarpeeksi ajoissa, esimerkiksi kaappien sisällön järjestelyn avulla. Myös Katajajuuri ja Vinnari (2008, s. 158) mainitsevat säilytyksen sekä pilaantumisherkkyuden vaikutuksen ruokahävikin vähentämiseen ja Koivupuro ym. (2012, s. 190) nostavat esiin tuotteiden oikean säilytyksen lisäksi uusien tuotepakkausten avaamisen vasta silloin, kun aiemmat on syöty loppuun. Tästäkin osa vanhemmista mainitsi haastattelussaan.

Hävikkiä koettiin vähentävän myös suunnitelmallisuus niin ruokaostosten kuin ruoanlaitonkin osalta. Myös aiemmissa tutkimuksissa (Katajajuuri ja Vinnari, 2008, s. 158; Silvennoinen ym., 2013, s. 4; Cox & Downing, 2007, s. 2, Koivupuro ym., 2012, ss. 189–190.) etukäteissuunnittelu sekä ruokaostoksissa ja ruoanval-

mistuksessa nousee vahvasti esiin keinona ruokahävikin vähentämiseen. Suunnitelmallisuus ja ennakointi näkyivät myös perheen menojen ennakoitina ja sopivien pakkauskokojen valintana. Pakkauskokojen vaikutus ruokahävikkiin tulee ilmi myös aiemmissa tutkimuksissa (Silvennoinen ym., 2013, s. 23; Williams ym., 2012, s. 141; Koivupuro, ym., 2012, s. 190). Lisäksi kaikkien perheenjäsenten maun ja mieltymysten pohdinta sekä arvot ja asenteet vaikuttivat perheillä ruokahävikkiä vähentävästi.

Ruokahävikin vähentämistä nähtiin estävän lasten syömisen arvaamattomuus, erityisesti lisukkeiden määrien hankala arvioitavuus ja suunnitelmallisuuden puuttuminen. Lasten ruokailun hankala ennakoiminen ja kiireinen arki näkyi myös Silvennoinen ym. (2013, s. 4.) tutkimuksessa. Osa vanhemmista mainitsikin arjen kiireet syyksi ajoittaiselle suunnittelemattomuudelle. Sen sijaan vähentämisen esteenä ei nähty tiedon tai osaamisen puutetta, joka aiemmissa tutkimuksissa on noussut vahvasti esiin (mm. Silvennoinen, ym., 2013, s. 4, Gustavsson ym., 2011, s. 6). Syynä tähän voi olla se, että haastateltavat kokivat hävikkinsä määrän melko pieneksi, ja kaikki olivat aina kiinnittäneet ruokahävikkiin huomiota.

Yleisellä tasolla ja esimerkiksi kauppojen, ravintoloiden ja koulujen ruokahävikin vähentämistä pidettiin tärkeänä. Myös lasten toivottiin kasvavan tietoisiksi ruokahävikkiin liittyvistä asioista. Yhdessä perheessä hävikin vähentämiseen oli kiinnitetty omaa perhettä laajempaakin huomiota heidän syödessä kasvispainotteisesti, ostaessa hävikkiruokaa erilaisilta toimijoilta ja valitessa kaupasta usein alennustuotteita, joiden päiväysmerkinnät olivat lähestymässä tai erikoisemman muotoisia kasviksia. Tuotteiden laatuvaatimus, esimerkiksi juurikin kasvien epätäydellinen ulkonäkö onkin todettu olevan isona syynä tuotantoketjussa syntyvään hävikkiin (Gustavsson ym., 2011, ss. 11–14).

Isoimpana syynä hävikin vähentämiseen nähtiin ympäristöön liittyvät seikat. Hävikin nähtiin aiheuttavan turhan jätteen lisäksi ruoan tuotannossa turhaa energian, luonnonvarojen ja muiden resurssien kulutusta. Silvennoinen ym. (2013, s. 10) nostavatkin esiin hävikin vähentämisen vaikuttavan ruoan ympäristökuorman vähentämiseen kokonaisuutena.

Hävikin vähentäminen nähtiin tärkeäksi myös muualla vallitsevan nälänhädän vuoksi. Oman perheen näkökulmasta taas ruokahävikin vähentämisen motivaattorina nähtiin raha. Ruokahävikin onkin todettu vaikuttavan taloudelliseen kehitykseen ja köyhien ihmisten ruokaturvaan (Koivupuro ym., 2012, s. 183) ja vuosittain poisheitetyn ruoan arvo on noin 80 euroa henkilöä kohden (Hartikainen ym., 2013, s. 3).

Syyt ruokahävikille tai sen puutteelle perheissä jakautuivat arjen valintoihin, jotka liittyvä ruoanvalmistukseen, ruokailutottumuksiin sekä kulutukseen. Ruoanvalmistukseen liittyvissä arjen valinnoissa esiin nousivat ruoan valmistaminen kerralla useaksi päiväksi sekä ruokien jatkojalostaminen ja tuotteiden loppuun asti käyttäminen hävikkiä ehkäisevinä tekijöinä. Haasteet ruokamäärien arvioinnissa, perheen arjen ennakoimattomat tilanteet ja ruokien unohtuminen jääkaappien perukoille tai liian pitkäksi ajaksi lämpimään taas näyttäytyi syynä ruokahävikille.

Koivupuron ym. (2012, ss.189–190) sekä Cox ja Downingin (2007, s.2) mukaan hävikkiä aiheuttaa se, että ruokaa valmistetaan liikaa, eikä sitä haluta enää syödä toista kertaa, tai ei osata hyödyntää tähteitä sekä kaappien perukoilta paljastuu tuotteita, joiden olemassaolo on unohdettu. Haastateltavilla oli siis erilainen asenne uudelleenlämmitettävään ruokaan ja tähteiden hyödyntämisessä oli enemmän osaamista, mutta unohtuneet tuotteet täsmäsivät aiempiin tutkimuksiin.

Williamsin ym. (2012, s. 141) mukaan ruokahävikkiä aiheuttavat pakkaukset, joita on haastavaa tyhjentää. Osa haastateltavista kertoikin pyrkivänsä käyttämään tuotteet loppuun asti ja tyhjentämään pakkaukset huolella.

Ruokailutottumuksiin liittyen perheen maun ja syötävän määrän tunteminen ehkäisi ruokahävikkiä. Osa koki tuttujen ruokien valmistamisen ehkäisevän hävikkiä, kun osa taas piti tärkeänä opettaa lapsia syömään monipuolisesti erilaisia ruokia, jolloin hävikkiä ehkäistään pidemmällä aikavälillä. Osa vanhemmista ehkäisi hävikin syntyä myös syömällä lasten jämiä. Lasten ruokailun nähtiinkin aiheuttavan hävikkiä usein.

Koivupuron ym. (2012, s. 189) mukaan lasten jättämän ruoan syynä on usein tyytymättömyys makuun ja lasten syömisen hankala ennustettavuus on iso ruokahävikin aiheuttaja kotitalouksissa. Onkin mielenkiintoista, miten lasten makuun suhtauduttiin kahdella vastakkaisella tavalla; laittaen ruokaa maun mukaan tai kehittämällä lasten makua monipuolisemmaksi.

Kulutuskäyttäytymisessä hävikkiä nähtiin estävän ostosten suunnittelu sekä määriin ja pakkauskokoihin huomion kiinnittäminen. ”Ylimääräisiä” ostoksia ja sitä kautta välillä myös hävikkiä nähtiin aiheuttavan väsyneenä kauppaan meno, ostosten tekeminen usein ja joillain myös koko perheen kanssa ostoksilla käyminen. Aiempien tutkimusten mukaan suunnitelmallisuuden puute, liikaa ostaminen ja erityisesti paljousalennusten tai suurten pakkauskokojen suosiminen aiheuttaa ruokahävikkiä (Cox & Downing, 2007, s. 2; Koivupuro, ym., 2012, s. 190; Gustavsson ym., 2011, ss. 13–14).

Silvennoisen ym. (2013, s. 4) mukaan kiireinen arki on usein syynä ruokahävikin syntymiselle. Lapsiperheillä ja korkeammin koulutetuilla hävikkiä syntyy enemmän ja samoin perheissä, joissa ostokset tekee pääasiassa nainen (Silvennoinen, ym., 2013, s.4) Arjen tilanteiden arvaamattomuus ja kiireet nousivatkin monessa haastattelussa esiin. Koska suuria eroja ruokahävikin määrissä haastateltavien omien arvioiden mukaan ei ollut, on tästä aineistosta haastavaa sanoa, vaikuttiko koulutustaso tai pääasiallisen ruokaostosten tekijän sukupuoli ruokahävikin määrään.

Kulutusvalintojen suhteen haastateltavien välillä löytyi eroja. Ruokavalinnat tasapainoilivat hinnan, terveellisuuden, maun ja ekologisuuden välillä, haastateltavien painottaessa näitä eri tavoilla. Kaikille terveellisyys ja kotimaisen ruoan suosiminen oli tärkeitä, mutta muut seikat vaihtelivat suuresti. Cox ja Downing:n (2007, s. 2) mukaan helposti pilaantuvan ruoan, kuten hedelmien ja vihannesten suosiminen erityisesti terveellistä ruokavaliota tavoiteltaessa aiheuttaa herkästi ruokahävikkiä. Perheillä syntyiikin jonkin verran hävikkiä kasviksista, ja kaikki kiinnittivät huomiota ruoan terveellisyyteen.

Mäkelän (2002, ss. 27–28) mukaan ruokavalinnat nähdään moraalisinä ja eettisinä valintoina, jolloin ruoan nauttimiseen liittyvät myös poliittiset ja aktiiviset piirteet yksityisten seikkojen lisäksi. Ekologisuus ja eettisyys tulikin haastatteluissa esiin, mutta siihen suhtauduttiin hieman eri tavoin. Osalle ne olivat hyvinkin tärkeitä arvoja, jotka toimivat kulutuksenkin ohjenuorana, kun taas osa koki, ettei tällä hetkellä kykene taloudellisen tilanteen takia tehdä kaikkia valintoja, joita haluaisivat. Kaikille ekologisuus ei myöskään ollut niin tärkeä arvo. Kulutuksen eettisyydessä tuli esiin Pecoraron (2009, ss. 4–5) ympäristön, eläinten ja muiden ihmisten hyvinvointiin vaikuttaminen, terveys ja turvallisuus niin oman perheen kuin muidenkin osalta, eli altruistinen välittämisen diskurssi sekä terveyden ja turvallisuuden diskurssi.

Kaikki haastateltavat tekivät kulutusvalintoja jossain määrin rutiinin perusteella, mutta joillain valintoihin vaikuttivat myös kokeilunhalu ja markkinointi. Ilmosen (2007, ss. 202–203) mukaan ruoanvalinnassa kuluttaja pyrkiikin minimoimaan epävarmuuden tunnetta ja helpottamaan päätöksentekoa turvautumalla rutiineihin.

Sitran (2018) kuluttajien motivaatioprofiileista esiin nousi erityisesti perinteinen tolkun ääni, joka onkin Sitran mukaan yleisin motivaatioprofiili. Tähän yhdistyi joillain haastateltavilla selkeästi arjen selviytyjää, jolla hinta määrää vahvasti kuluttamista. Kaksi haastateltavista lukeutui selkeästi neuvokkaan arkivihreän motivaatioprofiiliin, joskin toinen heistä teki valintoja enemmän myös fiilispohjalta ja tunteiden perusteella, kun taas toisella ostopäätöksiä edelsi pitkälinen faktapohjainen harkinta. Yksi haastateltavista koki aiemmin tehneensä ostopäätöksiä hyvin vahvasti fiilispohjalta ja tunteiden perusteella, eli motivaatioprofiileista häntä kuvasi impulsiivinen heräteostaja. Lapsen myötä hän kuitenkin koki muuttuneensa harkitsevammaksi ja suunnitelmallisemmaksi, joten hänenkin kuluttamisessaan näkyi perinteinen tolkunääni sekä arjen selviytyjä. Yhden haastateltavan kuluttamisessa yhdistyi elementtejä mukavuudenhaluisesta nautiskelijasta ja perinteisestä tolkun äänestä. Sen sijaan fiilisvihreää suunnannäyttäjää ja seurailevaa suunnanetsijää ei aineistosta löytynyt. Nämä profiilit ovatkin Sitran mukaan harvinaisimpia. Näiden profiilien piirteet eivät myöskään perinteisesti sovi hyvin yhteen lapsiperheiden arjen kanssa. (Sitra, 2018.)

Haastateltavat kokivat perheissään syntyvän melko vähän hävikkiä. Päivittäistä hävikkiä nähtiin syntyvän lähinnä pikkulasten ruokailuissa, ja muu hävikki oli luonteeltaan satunnaista.

Hävikkiin päätyi valmistettua ruokaa, erityisesti lisäkkeitä, kuten pastaa, riisiä, perunaa ja salaattia. Lisäksi leipää, vihanneksia ja hedelmiä päätyi hävikkiin melko usein. Harvemmin hävikkiin päätyi myös joitain erikoisempia ja harvoin käytettäviä raaka-aineita, sekä kuivatuotteita, joilla oletettiin olevan pidempi säilymisaika. Hyvin harvoin hävikkiin päätyi arvokkaita lihaa ja kalaa, sillä niiden käytöstä pidettiin muita ruokia parempi huoli. Aiemmissa tutkimuksissa (Cox & Downing, 2007, s. 1; Silvennoinen ym., 2014, s. 1061; Williams, ym., 2012, s. 143) ruokahävikin onkin huomattu koostuvan suurelta osin valmistetusta ruoasta ja myös hedelmät, vihannekset ja leipä ovat olleet edustettuina lihan ja kalan kuuluessa määrältään pienimpiin ryhmiin. Sen sijaan maitotuotteita haastateltavat eivät kokeneet heittävänsä pois usein, kun aiemmissa tutkimuksissa ne ovat olleet melko isossa roolissa. Riisi ja pasta taas ovat olleet aiemmissa tutkimuksissa pienemässä roolissa.

Perheiden ruokahävikin määrässä ja koostumuksessa näkyi muutoksia erityisesti lasten kasvamisen myötä. Ennen lasten saantia osalla haastateltavista hävikkiä syntyi vähemmän ja lapsen myötä siihen suhtauduttiin armollisemmin. Osalla taas lapsen myötä suunnitelmallisuus oli lisääntynyt, jolloin myös hävikin määrä väheni. Myös arjen tilanteiden vaihtelu näkyi ruokahävikin koostumuksessa, joskin pitkällä aikavälillä määrän nähtiin useimmiten pysyneen melko samana.

Ruokahävikkiin liittyvistä oivalluksista moni liittyi jollain tapaa lapsiin. Myös ruokien jatkojalostukseen liittyen oli tehty pieniä oivalluksia. Joitain oivalluksia ja kompromisseja oli tehty myös sovitettaessa yhteen perheen vanhempien tapoja ja suhtautumista ruokahävikkiin liittyen.

Tulevaisuudessa perheet näkivät ruokahävikkitilanteensa pysyvän melko samanalaisena, joskin pienten lasten vanhemmat uskoivat lapsen ruokailusta syntyvän hävikin vähenevän lapsen kasvaessa.

Yleisellä tasolla haastateltavien näkemys tulevaisuuden ruokahävikkitilanteesta oli melko positiivinen. He uskoivat hävikin vähenevän niin kotitalouksissa kuin kaupoissa, ravintoloissa ja muilla toimijoillakin erityisesti sen takia, että hävikki-asioita pidetään nyt paljon esillä. Yhdessä haastattelussa nousi esiin kauppojen valikoiman supistaminen, joka Gustavssonin ym. (2011, ss. 11–14) mukaan aiheuttaakin tuotteiden vanhentumista jo kaupoissa. Myös erilaisten vaihtoehtois-ten ruokahävikin jakotapojen uskottiin lisääntyvän.

7. Luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta tarkastellessa tulee tarkastella koko tutkimusprosessia, sillä tutkimus etenee prosessina, jossa eri vaiheet kietoutuvat yhteen. Tärkeä luotettavuuden kriteeri on tutkija itse, sillä laadullisessa tutkimuksessa tutkija on keskeinen tutkimusväline. (Eskola & Suoranta, 1999, ss. 209–211). Tässä tutkimuksessa eri vaiheet kietoutuvat toisiinsa ja teoriaosuutta täydennettiin ja muokattiin jatkuvasti tutkimuksen edetessä. Myös tutkimuskysymykset muokkaantuivat prosessin myötä, ja lopullisen muotonsa ne saavuttivat juuri ennen aineistonkeruuta.

Tutkimuksen uskottavuus, eli tehtyjen tulkintojen vastaavuus tutkittavien käsitysten kanssa sekä vahvistuvuus, eli tulkintojen saama tuki muista ilmiötä tarkastelleista tutkimuksista ovat tutkimuksen luotettavuuden kannalta tärkeitä. Tutkimustulosten siirrettävyys, eli tulosten yleistäminen saattaa olla joissain tapauksissa mahdollista, mutta laadullisessa tutkimuksessa ei pyritä tilastollisiin yleistyksiin, vaan pikemminkin ilmiön kuvaamiseen ja toiminnan ymmärtämiseen. (Eskola & Suoranta, 1999, ss. 212–213, 61.) Aiemmat tutkimukset tukevat tämän tutkimuksen tuloksia, vaikka uusiakin näkökulmia löydettiin.

Laadullisessa tutkimuksessa on hankala arvioida aineiston riittävää kokoa. Aineiston kylläntymisestä, eli saturaatiosta voidaan puhua, kun lisäaineiston kerääminen ei näytä tuottavan uutta informaatiota. Aineiston riittävyyden lisäksi on tärkeää analysoida aineistoa kattavasti, eli analyysia ei saa perustaa satunnaisille poiminnoille aineistosta. (Eskola & Suoranta, 1999, ss. 216, 62–63.) Tällä aineistolla saturaation merkkejä oli havaittavissa, vaikka jokaisessa haastattelussa ilmenikin joitain yksityiskohtia, joita ei muissa haastatteluissa tullut esiin. Onkin hankala määritellä, missä menee raja uuden informaation ja pienemmän yksityiskohdan välillä.

Analyysin tulee lisäksi olla arvioitavaa ja toistettavaa, eli lukijan tulee pystyä seuraamaan tutkijan päättelyä ja toinen tutkija pystyisi tekemään samat tulkinnot aineistosta (Eskola & Suoranta, 1999, ss. 216–217). Tuloksia esitellessä käytän

myös melko laajasti aineistolainauksia, jolloin lukija saa esimerkin, jonka perusteella analyysia on tehty.

Haastattelun luotettavuutta voi heikentää se, että monesti haastateltavilla on taipumus antaa sosiaalisesti suotavia vastauksia. Ihmisillä on yleensä tarve turvata itseään toisia vastaan monin eri tavoin ja antaa itsestään hieman väritynyttä kuvaa. Haastatteluaineisto onkin aina konteksti- ja tilannesidonnaista, josta syystä tutkittavat saattavat puhua haastattelutilanteessa eri tavalla, kuin jossain muussa tilanteessa. Tämän vuoksi liiallista tulosten yleistettävyyttä täytyy varoa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara, 2007, ss. 201–202.) Tämän tutkimuksen aihepiiri liittyy kestäviin valintoihin, jolloin ihmiset antavat mielellään itsestään kuvan hyvinä kansalaisina.

Teemahaastattelussa haastateltavat pyrkivät jonkinlaiseen käsitykseen siitä, mihin kysymyksillä pyritään tai mitä tutkimus oikeastaan käsittelee, eli mitkä asiat ovat kysymysten taustalla olevan tutkimusaiheen kannalta oleellisia. Tällä perusteella haastateltavat päättävät, mitä kertovat ja mitä jättävät kertomatta. Haastattelijan kysyessä jotain yllättävää, joutuu vastaaja miettimään uudestaan, mihin haastattelijä kysymyksellään pyrkii ja saattaa jopa kysyä, mitä haastattelijä kysymyksellään tarkoittaa. (Alasuutari, 2011, ss. 149–150.) Eräs haastateltavista vastasikin johonkin kysymykseen ”en nyt tiedä, mitä sä haet takaa, mutta...”. Haastattelijan pyrkimysten arvailuja vähentääkseni pyrinkin haastattelujen alussa selvittämään haastateltavalle, miksi teen tutkimusta ja painotin erityisesti sitä, että olen kiinnostunut juuri heidän näkemyksistään, kokemuksistaan ja käsityksistään ruokahävikkiin ja arjen valintoihin liittyen.

Haastattelussa on kyse haastattelijan aloitteesta tapahtuvasta vuorovaikutustilanteesta ja haastattelijan tulisikin miettiä, miten sosiaalisesta tilanteesta saa mahdollisimman onnistuneen. Haastateltavan puhuttelu ja yleisesti kielenkäyttö sekä haastattelijan pukeutuminen vaikuttaa tilanteen luontevuuteen. Ennen haastattelua on tärkeää luoda vapautunutta ilmapiiriä ja rakentaa luottamuksellista keskustelusuhdetta läpi keskustelun. Keskustelun jumittaessa tai aihepiirin tuntuessa huumorin käyttö on myös enemmän kuin sallittua. Kielenkäytössä on

syytä kiinnittää huomiota haastateltavalle tuttujen ilmausten käyttöön, varoen kuitenkin kosiskelua. Haastattelijan käyttämä murre helposti voimistuu, jos haastateltava on samalta murrealueelta, tällä tavoin voi päästä lähemmäksi haastateltavaa tai pehmentää tilannetta. Haastattelijan kielenkäytössä tärkeää on saada saa haastateltava tuntemaan itsensä tasa-arvoiseksi tutkijan kanssa. (Eskola & Vastamäki, 2010, ss. 32–34.) Samanlainen kielenkäyttö voi myös auttaa haastateltavan ja haastattelijan näkökulmien lähentämisessä (Ruusuvuori & Tiittula, 2005, s. 39). Näihin seikkoihin pyrin kiinnittämään haastatteluissa huomiota. Ennen haastatteluja pyrin rakentamaan ilmapiiristä luottamuksellisen ja vapaan turhasta stressistä painottamalla haastateltavien näkemysten tärkeyttä ja heidän anonymiteettiään. Myös huumoria käytettiin haastatteluissa niin minun kuin haastateltavienkin toimesta, ja jokaisessa haastattelussa naurettiin useampaan kertaan, mikä kertonee jotain tilanteiden vapautuneisuudesta. Myös puhetapani vaihteli haastateltavasta riippuen juurikin murteenkäytön osalta.

Haastatteluja litteroidessani huomasin ajoittain asettaneeni kysymyksiä hieman johdattelevasti. Tätä tapahtui lähinnä teemoissa, jotka haastateltavat kokivat haastavina. Esimerkiksi arvoihin kuluttamisen taustalla haastateltavien oli hankala vastata suoraan, mutta esimerkkien jälkeen vastauksia löytyi helpommin.

Joissain haastatteluissa tuli esiin asioita, joita olisi ollut mielenkiintoista kysyä myös muilta haastateltavilta. Vaikka jotkin asiat tulivat esiin vain yhdessä haastattelussa, saattaa hyvin olla, että joku muukin haastateltavista ajattelee tai toimii samansuuntaisesti, mutta ei huomannut itse tuoda kyseistä asiaa esiin, kun sitä ei suoraan kysytty. Esimerkiksi osa haastateltavista kertoi kiinnostavansa huomiota siihen, että tuotteet tulee käytettyä loppuun asti ja pakkaukset tyhjennetään aina huolellisesti. Olisi mielenkiintoista tietää, toimivatko kaikki tällä tavoin, ja jos eivät toimi, mielletäänkö vaikkapa jogurttipurkin reunoille ja pohjalle jäävää jogurttia ruokahävikiksi?

Haastateltavien valinnassa pyrittiin monipuolisuuteen. Kaksi haastateltavista löytyi ruokahävikkiasioihin keskittyneiden Facebook-ryhmien välityksellä ja loput omien kontaktieni kautta. Facebook-ryhmistä löytyneillä haastateltavilla oli jo ennalta selkeä kiinnostus ruokahävikkiasioihin, ja he toivat aineistoon näkökulmia,

joita muilla haastateltavilla ei esiintynyt. Lisäksi yksi haastateltavista työskenteli ruokapalvelualalla, ja häneltä tuli myös joitain ainutlaatuisia näkökulmia. Suurimmalla osalla haastateltavista ei kuitenkaan ollut ennalta erityistä kosketuspintaa ruokahävikkiasioihin. Haastateltavia oli sekä kaupungista, että maaseudulta ja heidän ikähaarukkansa oli laaja. Myös haastateltavien lasten iät vaihtelivat vauvasta teini-ikäisiin. Eri sukupuolet eivät kuitenkaan ole aineistossa hyvin edustettuina, kun haastateltavissa oli vain yksi mies muiden ollessa naisia.

Osa haastateltavista oli minulle ennalta tuttuja. Haastattelijan tuttuus synnyttää luottamusta, mutta voi saada haastateltavan avautumaan ja kertomaan asioita, joiden paljastamista hän myöhemmin katuu (Ruusuvuori & Tiittula, 2005, s. 17). Näiden ongelmien ehkäisemiseksi kerroinkin haastateltaville ennen haastattelua mahdollisuudesta olla myös jälkikäteen yhteydessä, jos haluaa tarkentaa jotain tai pyytää jättämään joitain asioita pois haastattelusta.

Työssä käytettävät lainaukset on yhdenmukaistettu tekstin luettavuuden parantamiseksi ja vastaajien anonymiteetin säilyttämiseksi. Lainauksista on poistettu täytesanoja ja murreilmaisuja on muokattu yleiskielisemmiksi.

Jotkin teoreettisessa viitekehyksessä olevista lähteistä on melko vanhoja, mutta pyrin ottamaan lähteen julkaisuvuoden huomioon kirjoittaessani. Pyrin välttämään ajankohdasta riippuvien tutkimustietojen esittelyn vanhempien lähteiden pohjalta tai esittämään rinnalla myös uudempaa tietoa kyseisestä aiheesta.

8. Pohdintaa

Kaikki haastateltavat kokivat, että omalla perheellä ei tullut kovin paljon hävikkiä. He arvelivat, että joillain ihmisillä varmasti syntyy paljonkin hävikkiä, eivätkä nämä ihmiset myöskään välttämättä kiinnitä asiaan sen suurempaa huomiota. Haastateltavilla oli kuitenkin pääosin positiivinen kuva ruokahävikin vähentämisestä tulevaisuudessa. Todellista ruokahävikin määrää perheissä on tietysti mahdotonta tietää, kun tässä haastattelussa määrät perustuivat haastateltavien subjektiivisiin arvioihin. Vaikka hävikin määrä ei ollutkaan oleellinen tässä tutkimusasetelmassa, olisi mielenkiintoista tietää määristä tarkemmin siltä kannalta, että haastateltavat eivät kokeneet juurikaan tarvetta vähentää perheensä ruokahävikin määrää tulevaisuudessa. Olisikin mielenkiintoista tehdä jatkotutkimus, jossa ruokahävikkiin suhtautumiseen ja arjen valintojen vaikutukseen yhdistettäisiin perheen ruokahävikin määrän ja koostumuksen mittaaminen.

Koivupuron ym. (2012, ss. 186–187) mukaan ruokahävikkiä syntyy suhteellisesti enemmän pienillä talouksilla isoihin verrattuna. Olisikin mielenkiintoista toistaa tutkimus eri kohderyhmälle, esimerkiksi yksinasuville, tai yli 65-vuotiaille, joilla hävikin määrä on pienin.

Jatkotutkimusta voisi tehdä myös aiheista, joissa esiintyi isoimpia erot vastaajien välillä. Eroja esiintyi esimerkiksi ruoan syömäkelpoisuuden määrittelyssä ja aistinvaraiseen arviointiin suhtautumisessa sekä siinä, tehtiinkö ruokaa ensi sijassa lasten maun mukaan, vai lasten maku huomioiden mahdollisimman monipuolista ruokaa, jotta lapset tottuvat erilaisiin makuihin. Jälkimmäisestä eroavuudesta olisikin mielenkiintoista tehdä seurantatutkimusta.

Tämän tutkimuksen tulosten perusteella perheiden ruokahävikkiin liittyvää osaaamista olisi varaa kehittää aistinvaraisen arvioinnin ja ruokien syömäkelpoisuuden määrittämisen osalta, valmistettavien määrien arvioinnissa ja arjen tilanteiden ennakoinnissa. Näihin teemoihin voitaisiin tarttua kotitalousopetuksessa. Jämien jatkojalostukseen haastateltavilla oli monenlaisia keinoja, mutta toisaalta haastatteluissa mainittiin myös soveltamisen haastavuus, joten tässäkin olisi oiva

sauma kotitalousopetukselle jämien hyödyntämisen harjoittelussa. Näkisin tilaisuuden myös lasten maun monipuolisuuden kehittämiseen niin kotitalousopetuksessa kuin kouluruokailussakin.

Tällä hetkellä julkisessa keskustelussa keskitytään vahvasti ruokahävikin hyödyntämiseen ja kierrättämiseen, hävikkiravintoloiden, -sovellusten ja muiden vastaavien ollessa pinnalla. Seuraavaksi painoalueena voisi kuitenkin olla vahvemmin ruokahävikin ehkäisy ja sitä tukevat innovaatiot. Toki tälläkin hetkellä nousussa tuntuu olevan tuotteiden elinkaariajattelu ja kiertotalous. Nykyisessä perusopetuksen opetussuunnitelmassakin (Opetushallitus, 2014) nostetaan aiempaa enemmän esiin kiertotalouden teemoja. Uskon, että myös ruoan jakamiseen ja yksityisellä tasolla lahjoittamiseen ja myymiseen tullaan tulevaisuudessa kehittämään uusia tapoja.

Lähteet

- Abeliotis, K., Lasaridi, K. & Chroni, C. (2014). Attitudes and behaviour of Greek households regarding food waste prevention. *Waste Management & Research* 32(3), (ss. 237–240).
- Ahonen, S. (1994) Fenomenografinen tutkimus. Teoksessa Syrjälä, L.; Ahonen, S.; Syrjäläinen, E. & Saari, S. *Laadullisen tutkimuksen työtapoja*. Helsinki: Kirjayhtymä, (ss. 113–160).
- Alasuutari, P. (2011) *Laadullinen tutkimus 2.0* Tampere: Vastapaino.
- Charles, H., Godfray, J., Beddington, J. R., Crute, I. R., Haddad, L., Lawrence, D., Muir, J. F, Pretty, J., Robinson, S., Thomas, S. M. & Toulmin, C. (2010) Food Security: The Challenge of Feeding 9 Billion People. *Science* 327(5967), (ss. 812–818).
- Cox, J. & Downing, P. (2007). *Food Behaviour Consumer Research: Quantitative Phase*. WRAP – Waste and Resources Action Programme. Viitattu 28.4.2018. <http://www.wrap.org.uk/sites/files/wrap/Food%20behaviour%20consumer%20research%20quantitative%20jun%202007.pdf>
- Evira (2018a). *Pakolliset pakkausmerkinnät*. Viitattu 23.1.2018. <https://www.evira.fi/elintarvikkeet/tietoa-elintarvikkeista/pakkausmerkinnat/pakolliset-pakkausmerkinnat/>
- Evira (2018b). *Vähimmäissäilyvyysaika ja viimeinen käyttöpäivä (-ajankohta)*. Viitattu 24.1.2018. <https://www.evira.fi/elintarvikkeet/valmistus-ja-myynti/elintarvikkeista-annettavat-tiedot/pakkausmerkinnat/vahimmaissailyvyysaika-ja-viimeinen-kayttopaiva--ajankohta/>
- Eskola, J. & Suoranta, J. (1999) *Johdatus laadulliseen tutkimukseen*. Tampere: Vastapaino.
- Eskola, J. & Vastamäki, J. (2010) Teemahaastattelu: opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) *Ikkunoita tutkimusmetodeihin* 1. 3. painos. (ss. 26–44) Jyväskylä: PS-kustannus.
- Gjerris, M. & Gaiani, S. (2013) Household food waste in Nordic countries: Estimations and ethical implications. *Etikk i praksis. Nordic Journal of Applied Ethics* (2013), 7 (1) (ss. 6–23)
- Gustavsson, J., Cederberg, C., Sonesson, U., van Otterdijk, R. & Meybeck, A. (2011). *Global food losses and food waste. Extent, causes and prevention*. Rome: Food and Agriculture Organization of the United Nations. Viitattu 20.4.2018. <http://www.fao.org/publications/card/en/c/c8d0e1ef-6080-5c87-825b-2ed4285777d6/>
- Hartikainen, H.; Timonen, K.; Jokinen, S.; Korhonen, V.; Katajajuuri, J-M. & Silvennoinen, K. (2013) *Ruokahävikki ja pakkausvalinnat kotitalouksissa – Kuluttajan matkassa kaupasta kotiin*. MTT. Viitattu 2.5.2018. <http://www.mtt.fi/mttraportti/pdf/mttraportti106.pdf>
- Heinonen, V.; Raijas, A.; Hyvönen, K.; Leskinen, J.; Litmala, M.; Römer-Paakkannen, T. & Timonen, P. (2005) *Kuluttajaekonomia. Kotitalous ja kulutus*. Helsinki: WSOY.

- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. (2001). *Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö*. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. (2007) *Tutki ja kirjoita*. Helsinki: Tammi.
- Ilmonen, K. (2007) *Johan on markkinat* Tampere: Vastapaino.
- Katajajuuri, J-M. Vinnari, M. (2008). Jokapäiväinen leipämme. Teoksessa Portin, A. (toim.) *Kaikesta jää jälki. Puheenvuoroja ympäristöä säästävistä valinnoista*. (ss. 133–161) Keuruu: Otava.
- Koivupuro, H.-K., Hartikainen H., Silvennoinen K., Katajajuuri, J.-M., Heikintalo N., Reinikainen A. & Jalkanen L. (2012) Influence of socio-demographical, behavioural and attitudinal factors on the amount of avoidable food waste generated in Finnish households. *International Journal of Consumer Studies* 36 (2): (ss.183–191).
- Loop (2018) *Ravintola Loopin nettisivut*. Viitattu 25.1.2018. <http://www.ravintola-loop.fi/>.
- Mäkelä, J. (2002) *Syömissen rakenne ja kulttuurinen vaihtelu*. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus.
- Opetushallitus (2014). *Perusopetuksen opetussuunnitelman perusteet 2014*. Viitattu 29.4.2018. http://www.oph.fi/download/163777_perusopetuksen_opetussuunnitelman_perusteet_2014.pdf
- Parizeau, K., von Massow, M. & Martin, R. (2015) Household-level dynamics of food waste production and related beliefs, attitudes and behaviors in Guelph, Ontario. *Waste Management* 35, (ss.207–217).
- Pecoraro, M. (2009): *Eettisen kuluttamisen monet merkitykset*. Viitattu 20.1.2018. <http://www.kulutustutkimus.net/nyt/wp-content/uploads/2009/04/1pecoraro1-09.pdf>.
- Rubin, H. & Rubin, I. (2005). Qualitative Interviewing (2nd ed.): *The Art of Hearing Data*. Thousand Oaks, SAGE Publications.
- Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (2005) Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, J. & Tiittula, L. (toim.) *Haastattelu. Tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus*. Tampere: Vastapaino.
- Silvennoinen, K., Katajajuuri, J-M., Hartikainen, H., Heikkilä, L. & Reinikainen, A. (2014). Food waste volume and composition in Finnish households. *British Food Journal* 116(6), (ss. 1058–1068).
- Silvennoinen, K., Koivupuro, H-K., Katajajuuri, J-M., Jalkanen, L. & Reinikainen, A. (2012). *Ruokahävikki suomalaisessa ruokaketjussa. Foodspill 2010-2012 –hankkeen loppuraportti*. MTT. Viitattu 25.4.2018. <http://www.mtt.fi/mttraportti/pdf/mttraportti41.pdf>
- Silvennoinen, K., Pinolehto, M., Korhonen, O., Riipi, I. & Katajajuuri, J-M. (2013) *Kauppakassista kaatopaikalle, ruokahävikki kotitalouksissa. Kuru 2011-2013 –hankkeen loppuraportti*. MTT. Viitattu 20.4.2018. <http://ju-kuri.mtt.fi/bitstream/handle/10024/481106/mttraportti104.pdf>

- Sitra & Palmu (2018) *Fiksu kuluttaminen Suomessa. Motivaatioprofiilit apuna liiketoiminnan kehittämisessä*. Viitattu 17.2.2018. <https://www.sitra.fi/julkaisut/fiksu-kuluttaminen-suomessa-motivaatioprofiilit-apuna-liiketoiminnan-kehittamisessa/>
- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. (1995) *Laadullisen tutkimuksen työtapoja*. Helsinki: Kirjayhtymä Oy.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. (2009). *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Tillaeus, J./Yle (2018) *Kaupunkilaiset päättivät laittaa ylimääräisen ruoan kiertoon – perustivat yhteisen jääkaapin, jota kaikki saavat täyttää ja tyhjentää*. Viitattu 23.4.2018, julkaistu 29.3.2018. <https://yle.fi/uutiset/3-10135809>
- Williams, H., Wikström, F., Otterbring, T. Löfgren, M. & Gustafsson, A. (2012) Reasons for household food waste with special attention to packaging. *Journal of Cleaner Production* 24(3), (ss.141–148).

Liitteet

Liite 1. Facebook-julkaisu haastateltavien hankkimiseen

Etsitään haastateltavia ruokahävikkitutkimukseen!

Teen pro gradu – tutkielmaa ruokahävikistä ja arjen valintojen vaikutuksesta ruokahävikkiin. Jos olet lapsiperheen vanhempi ja vastaat pääasiallisesti perheen ruokaostoksista ja ruoanvalmistuksesta, olet juuri se henkilö, jota kaipaamme haastateltavaksi! Haastatteluun voi osallistua myös yhdessä perheen toisen vanhemman kanssa.

Haastattelut toteutetaan pääkaupunkiseudulla ja yksi haastattelu kestää arviolta 30–60 minuuttia. Jos kiinnostuit, ota yhteyttä kati.korpi-kaija@helsinki.fi, niin kerromme mielelläni lisää!

Liite 2. Haastattelurunko

Ennen haastattelua

- Tutkimuksen tarkoitus: opinnäyte, Helsingin yliopiston kotitaloustiede
- Anonymiteetti, nimiä ei käytetä missään vaiheessa, eikä muuta tietoa, joka vaikuttaisi tunnistamiseen
- Haastattelu nauhoitetaan, nauhoitus vain minun kuultavakseni - nauhoitus tuhoetaan sitten kun gradu on valmis
- Aiheena on siis ruokahävikki ja arjen valintojen vaikutus ruokahävikkiin. Hävikkiä käsitellään suurimmaksi osaksi yksilön ja perheen näkökulmasta, mutta sivutaan myös yleisempää tasoa, esimerkiksi Suomen ja koko maailman näkökulmaa
- Kiinnostuksen kohteena on haastateltavan kokemukset, käsitykset ja näkemykset - ei oikeita tai vääriä vastauksia, ei stressiä, mitä laajemmin saan vastauksia, sen parempi (ei tarvitse pelätä puhuvansa aiheen vierestä)
- Ei tarkkaan määriteltäviä kysymyksiä, vaan edetään teemojen mukaan
- Aina saa kysyä tarkennusta ja saa myös kieltäytyä vastaamasta tai jos haluaa jälkikäteen tarkentaa jotain, niin saa ottaa yhteyttä
- Suostumus haastatteluun

Käsitykset

Mitä on ruokahävikki?

- Käsitys ruokahävikistä yleisellä tasolla
- Henkilökohtaisella tasolla (mitä kokee ruokahävikiksi omassa perheessä), mielletäänkö hävikiksi koiralle menevä ruoka?
- Miten määrittää ruoan syötävät osat (kukkakaalin kannat, kurkun leikkauspinta, päiväysmerkinnät)

Miten suhtaudut ruokahävikkiin?

- Ruokahävikki isommassa mittakaavassa (ei suoraan kotitalouksien näkökulma), tuotantoketjussa ja kaupoissa syntyvä hävikki, dyykkaus, hävikki-sovellukset, teemapäivät ja kampanjat
- Kotitalouksien näkökulma
- Syyt suhtautumisen taustalla

Miten suhtaudut ruokahävikin vähentämiseen?

- Mitkä seikat tukevat/estävät vähentämistä

Miksi ruokahävikkiä pitäisi vähentää

- Globaali taso
- Suomen näkökulma
- Oma perhe/yksilö

Miten ajattelet arjen valintojen (kulutusvalinnat, ruoanvalinta ja rutiinit ruokailun suhteen) voivan vaikuttaa ruokahävikin syntymiseen?

- Yleinen taso, käsitykset arjen valintojen ja ruokahävikin yhteydestä

Kokemukset

Tavallisen ruokaostoskäynnin muistelu

- Kuka perheessä vastaa enimmäkseen ruokaostoksista ja valinnoista, missä määrin muut perheen jäsenet

- Etukäteisvalmistelut (ostoslista, tarjousten tsekkaus), millaisessa tilanteessa ja miten usein kauppaan lähdetään
- Millaisia tuotteita ostoskoriin valikoituu eri osastoilta, mistä syistä, markkinointi
- Suunnitelmallisuus/spontaanius/rutiini

Millainen kuluttaja koet olevasi?

- Millä perusteilla teet kulutusvalintoja/ mitkä asiat vaikuttavat päätöksentekoon ruokakaupassa
 - emootio ja nautinto vs faktat ja ratio
- Arvot kuluttamisen taustalla
 - valintojen vaikutukset ja hyödyt itseen ja läheisiin vai suurempi vaikutus

Millaiset arjen rutiinit perheelläsi on ruokailun suhteen?

- Perheen tavallisen arkipäivän ruokailu- ja ruoanvalmistustilanteet, kuka perheenjäsen vastaa mistäkin tilanteesta ja missä vaiheissa mahdollisesti syntyy hävikkiä
- Perheen ruokailutottumukset, kuka päättää mitä syödään ja millä perustein

Miksi ruokaa yleensä päättyy hävikkiin?

- Onko jotain keinoja, joilla perheessä koitetaan estää tilanteet, joissa ruokahävikkiä syntyy

Mitä ruokaa hävikkiin yleensä päättyy?

- Eri raaka-aineryhmät, valmistettu ruoka
- Mitä useimmiten, mitä harvemmin
- Millaisia määriä (miten itse kokee määrän)

Perheen aikajana

- Mietitään taaksepäin perheen ruokahävikkiä, milloin sitä on ollut paljon, milloin vähän? Miksi?
- Muistuu mieleen jotain tapauksia, jolloin tapahtui jotain merkittävää ruokahävikin kannalta (haastateltava tai joku muu perheen jäsen oppi jotain uutta, tapahtui jotain muuta merkittävää)

Ruokahävikki tulevaisuudessa

- Mitä on aikeissa tehdä perheen ruokahävikin syntymiselle tulevaisuudessa, onko suunnitelmissa yrittää vähentää ja millä keinoin, vai ollaanko tämänhetkiseen tilanteeseen tyytyväisiä?
- Mitä Suomessa pitäisi tehdä ruokahävikille?
- Entä globaalilla tasolla?

Taustakysymykset

Sukupuoli

Ikä

Lasten määrä ja iät

Koulutustausta ja ammatti